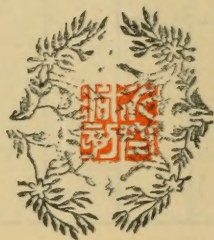
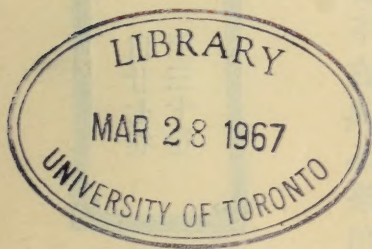
顧問　井上通泰先生
山田孝雄先生
新村出先生

正宗敦夫　編纂　校訂

醫心方

自廿七卷
至三十卷

合資會社　日本古典全集刊行會壽梓

醫心方卷第廿七　養生

從五位下行鍼博士兼丹波介丹波宿祢康頼撰

大體第一

千金方云夫養生也者欲使習以性成々自為善不習無利也性既自善内外百病皆悉不生禍乱災害亦無

由作此其養生之大經也蓋養性者時則治未病之病其義也故養性者不但餌藥飡霞其在兼於百〻行〻周備雖絶藥餌足以遐年德行不充縱玉酒金丹未能延壽故老子曰善攝生者陸行不畏兕虎此則道德之祐也豈假服餌而祈遐年哉

文子云太上養神其次養形神清意平百節皆寧養生之本也肥肌膚充腹腸開嗜欲養生之末也

養生要集云神仙圖云夫為長生之術常當存之行止坐起飲食臥息諸便皆思晝夜不忘保全精氣神

不離身則長生

又云中経云夫稟五常之氣有靖躁對象之性不可易也静者不可令躁々者不可令静々躁各有其性違之則失其分恣之則害其生故靖之弊在不開適躁之弊在不精密治生之道順其性因其分使抑引随宜損益以漸則各得其適矣静者壽躁者夭静而不能養減壽躁而能養延年然静易御躁難將順養之宜者静亦可養躁亦可養也

又云大計奢嬾者壽慳勤者夭放散劬惫之異也 細

力但反　擁俱反　良刃反　亭年反

夫壽膏梁亥嗜欲少多之驗也處士少疾遊子多患事勢煩簡之殊也故俗人競利道人罕營
又云少有經云少思少念少欲少事少語少咲少愁少樂少喜少怒少好少悪行此十二少養生之都契也多思則神殆多念則志散多欲則損智多事則形疲多語則氣爭多咲則傷藏多愁則心攝多樂則意溢多喜則忘錯昏乱多怒則百脉不定多好則專迷不治多悪則焦煎無歡此十二多不除喪生之本無少無多者幾于真人也

又云彭祖曰養壽之法但莫傷之而已夫冬温夏涼不失四時之和所以適身也美色淑姿幽閑娛樂不致思欲之惑所以通神也車馬威儀知足無求所以一志也八音五色以玩視聽之歡所以導心也凡此皆所以養壽而不能酙酌之者反以迷患故至人恐流遁不反乃絶其源故言上士別床中士別被服藥百裹不如獨臥色使目盲聲使耳聾味令口爽之苟能節宣其適抑揚其通塞者不以減耳而得其益

又云彭祖曰重衣厚褥體不堪若以致風寒之疾厚

味脯腊醉飽厭飲以致疝結之病義色妖麗媚妾盈房以致虛損之禍淫聲褭音移心悅耳以致荒耽之惑馳騁遊觀弋獵原野以致荒狂之失謀得戰勝兼弱取乱以致驕逸之敗蓋賢聖戒失其理者也然此養生之具譬猶水火不可失適及為害耳

又云仲長統曰北方寒而其人壽南方暑而其人夭此寒暑之方驗於人也均之蟄也寒而飢之則刳日多温而飽之則用日少此寒暑飢飽為脩短驗乎物者也嬰兒之生衣之新纊則骨蒸焉食之魚肉則虫生

焉串之逸樂則易傷焉此寒苦動移之使乎性也
又云道機曰人生而命有長短者非自然也皆
由將身不慎飲食過差淫泆無度忤逆
陰陽魂魄神散精竭命衰百病萌生故
不終其壽也
嵇康養生論云養生有五難名利不去一難
也喜怒不除二難也聲色不去三難也滋味
不絶四難也神慮精散五難也五者必存雖
心希難老口誦至言咀嚼英華呼吸太陽

不能不曲其操不夭其年也五者無於胸中則信順日濟玄德日全不祈喜而有福不求壽而自延此養生之大經也然或有服膺仁義無甚泰之累者抑亦其亞也又云

夫神仙雖不目見然記籍所載前史所傳較而論其有必矣似特受異氣禀之自然非積學所能致也至於導養得理以盡性命上獲千餘歲下可數百年可有之耳而世皆不精故莫能得之何以言之

夫服藥求汗或有不得而愧情一集則渙然流離終

朝不食囂然（飢意也）思食而曾子銜哀七日不飢夜分而
坐則佂迷思寢内懐殷憂則達旦不瞑勁刷理
鬢醇醪蔹顔僅乃得之壯士之怒赫然殊觀植髮衝
冠由此言之精神之於形骸猶國之有君也神躁
於中而形喪於外猶君昏於上而國乱於下也夫
爲稼於湯世偏有一漑之功者雖終埽燋爛必有一
漑者後枯然則一漑之益固不可誣矣而世常謂一
怒不足以侵性一哀不足以傷身輕而肆之是猶不
識一漑之益而望嘉禾於旱苗者也是以君子知形

恃神以立神須形以存悟生理之易失知一過之害生故脩性以保神安心以全身愛憎不棲於情憂喜不留於意泊然無感而體氣和平

又云嗜欲雖出於人情而非道德之正猶木之有蝎雖木所生而非木所宜故蝎盛則木朽欲勝則身枯然則欲与生不並立名与身不俱存略可知矣

（宇治本无在正本〻但在端仍不注〻）

又云養性有五難名利不滅此一難也喜怒不除此二難也聲色不去此三難也滋味不絶此四難也神慮精散此五難也五者必存雖心希難老口誦至言咀嚼英華呼吸

大陽不能不曲其操不変其年也五者無於胷中則
信順日濟玄徳日全不祈而有福不求壽而自延此養
生大理之所都也
抱朴子云諸求長生者必欲積善立功慈心於物恕己式擾反仁也又給恵人曰恕
及人仁逮昆虫樂人之吉愍人之凶周人之急救人之窮
手不傷敦口不勸禍見人得如己之得見人有失如己之
失不自貴不自譽不嫉妬勝己不佞諂陰賊如此乃為有
徳受福于天所作必成求仙可冀也
又云夫五聲八音清商流徵損聰者鮮藻艶彩麗炳

爛熳傷明者也宴安逸豫清醪芳醴乱性者治容媚姿紅華素質伐命者也

又云夫損易知而速焉益難知而遅焉尚不悟其易且安能識其難哉夫損者如燈火之消脂莫之見而忽盡矣益者如苗木之播殖莫之覺而忽茂矣故治身養性務謹其細不可以小益為不平而不修不可以小損為无傷而不防凡聚小所以就大積一所以至億也若能愛之於微成之於著則幾乎知道矣

莊子云善養生者若牧羊者然視其後者而鞭之魯

單 唐韻時連反 姓也

有單豹者巖居而水飲不与民共利行年七十而猶有嬰兒之色不幸遇餓虎〻〻殺而食之有張毅者高門懸薄無不趍也行年卌而有内熱之病以死豹養其内而虎食其外毅養其外而病攻其内此二子者皆不鞭其後者也 鞭其後者去其不及也

呂氏春秋云聖人養生適性室大則多陰臺高則多陰〔陽〕〻〻生蹷多陰則生痿皆不適之患也味衆肉充則中氣不達衣熱則理〻塞〻則氣不周此皆傷生也故聖人爲苑囿園池足以觀望勞形而已矣爲宮觀臺榭 臺有木曰一 足以避

燥濕為輿馬衣裘逸身足以煖骸而已為飲醴足以適味充虛為聲色音樂足以安生自娛而已五者聖人所養生也

又云靡曼皓齒鄭衛之音務以自樂命曰伐命之斧肥肉厚酒務以相強命曰爛腸之食靡曼細理弱肌美也皓齒所謂齒如瓠犀也老子云五味實口使口爽傷故謂之爛腸之食

顏氏家訓云夫養生者先須慮禍求福全身保性有此生然後養之勿徒養其無生也單豹養於內而喪外張毅養於外而喪內前賢之所誡也嵆康著養生之論而

以傲物受刑石崇冀服餌之延而以貪溺取禍往世之所迷也

谷神第二

老子道經云谷神不死谷養也人能養神則不死也神謂五藏之神肝藏魂肺藏魄心藏神腎藏精脾藏志五藏盡傷則五神去也是謂玄牝言不死之道在於玄牝玄天也於人為鼻牝地也於人為口天食人以五氣從鼻入藏於心五氣精微為精神聰明音聲五性其鬼曰魂魂者雄也主出入於鼻與天通氣故鼻為玄也地食人以五味從口入藏於胃五味濁辱為形骸骨肉血脈六情其鬼曰魄魄者雌也主入出於口與地通氣故口為牝也玄牝之門是謂天地之根根元也言鼻口之門是為天地之元氣所從往來也綿綿若存鼻口呼吸喘息當綿綿微妙若可存復若無有也用之不勤用氣當寬舒不當急疾勤勞也

史記云人所以生者神也所託者形也神大用則竭形大勞
則斃形神離則死故聖人重之由是觀之神者生之本也
形者生之具也不先定其神而曰我有以治天下何由乎
抱朴子云夫有曰无而生焉形須神而立焉有者无之宮
也形者神之宅也故譬之於堤々壞則水不留矣方之於燭
々糜則火不居矣身勞則神散氣竭則命終根核蝎繁
則青々去木矣器疲欲勝則精靈離逝矣
養生要集云潁川胡昭明云目不欲視不正色耳不欲
聽醜穢聲鼻不欲嗅腥氣口不欲嘗毒刺味心不欲謀

瑲唐韻組
閦及人名
魏時㕠

欺詐事此辱神損壽又居常而歎息晨夜吟嘯于邑
来耶矣夫常人不得無欲又復不得無事但常和心約念
靖身損物先去乱神犯性者此即盡神之一術也
又云鉅鹿張瑲子明日思念不欲專亦不欲散專則愚惑
散則佚蕩又讀書致思損性尤深不能不讀當讀已所解
者已所不解而思之不已非但損壽或中顛疣失志或悵悦不治

甚者失性世謂之經逆
延壽赤書云三魂名爽靈胎光幽精七魄神名尸苟伏矢雀陰
呑賊非毒除穢臭肺已上名夜半五更誦兩遍魂魄不離秋神也

五藏神名心神赤子字朱靈肺神皓華字虛成肝神龍煙字含明腎神玄冥字育嬰脾神常在字魂庭已上神名別謂之神不離形也

聖記經云人身中有三元宮也當兩眉間卻入三寸為泥丸宮此上丹田也中有赤子字元先一名帝卿人長三寸紫衣也

中心為絳宮此中丹田也其中真人字子丹一名光堅赤衣也臍下三寸為命門宮此下丹田也其中嬰兒字元陽一名谷玄黃衣也皆如嬰兒之狀凡欲拘制魂魄先陰呼其名并存服色令次第分明

養形第三

素問云春三月此謂發陳天地倶生萬物以榮夜臥蚤起廣步於庭被髮緩形以使志生〻而勿殺与而勿奪賞而勿罰此春氣之應也養生之道也

夏三月此謂蕃秀天地氣交萬物華實夜臥蚤起毋厭於日使志莫怒使英華成秀使氣得泄若所愛在外此夏氣之應也養生之道也

秋三月此謂容平天氣以急地氣以明蚤臥蚤起与鷄共興使志安寧以緩秋形收斂神氣使秋氣平毋外其志使肺氣精此秋氣之應也養收之道也

冬三月此謂氣閉藏水氷地圻毋擾于陽蚤臥晩起
必待日光使志若伏若匿若有私意若已有德去寒就
温毋泄皮膚使氣極此冬氣之應也養藏之道也
夫四時陰陽者萬物之根氣也所以聖人春夏養陽秋
冬養陰以順其根故与萬物沉浮於生長之門
聖記經云夫一日之道朝飽暮飢一月之道不失盛衰一
歳之道夏瘦冬肥百歳之道節穀食來千歳之道獨男
無女是謂長生久視
養生要集云青牛道士云人不欲使樂〻人不壽但當

莫強健爲其氣力所不任舉重引強掘地若作倦而不息以致筋骨疲竭耳然過於勞苦遠勝過於逸樂也能從朝至暮常有所爲使足不息乃快但覺極當息〻復爲乃與導引無異也夫流水不垢戶樞不腐者以其勞動之數故也

又云中經曰人常欲數照鏡謂之存形〻與神相存此照鏡也若發容色自愛翫不如勿照也

又云大汗出急傅粉著汗濕衣令人得創大小便不利

養生志云鼻䶊來勿以水臨面若臨面不久成癎或起

玉篇夾間及小兒滇病

即頭眩

又云足汗入水令人作骨痺病也

千金方云人欲少勞但莫大疲及強所不能堪耳

又云凡大汗勿即脫衣喜得偏風半身不隨

又云人汗勿跂床懸脚久成血痺兩足重腰疼

又云每至八月一日以後即微火暖足勿(令)下冷 先生意常欲使氣在下勿欲泄之於上

又云冬日溫足凍腦春秋腦足俱凍此凡人常法

又云勿舉足向火

又云忍尿不便膝冷成痺出(忍)大便不出成氣痔

又云久坐立尿久立坐尿

又云人飢須坐小便若飽立小便慎之無病除虚損

又云小便勿怒令兩足及膝冷

又云大便不用呼氣乃強怒令人腰疼目澁宜任之

眼論云夫欲治眼不問輕重悉不得涉風霜雨水寒熱虚損大勞并及房室飲食禁忌悉不得犯

千金方云凡少時不自將慎年至卌即漸々眼闇若能依此將慎可得白首無他所以人年卌以去恒須瞑目非有要事不肯輙開此之一術護慎之極也

又云生食五辛棲褺食飲刺頭出血過多　極目視
夜讀細書　久處烟火　抄寫多年　博弈不休
日沒後讀書　飲酒不已　褺食麺食　彫鏤細作
泣淚過度　房室無節　夜遠視星火　數向日月輪看
月中讀書　極目瞻視山川草木
右一十七件並是喪明之由養生之士宜熟慎焉
其肇久件分也
又云有馳騁田獵冒涉霜雪迎風追獸日夜不息者亦是
傷目之媒也
又云凡旦起勿開目洗令目澁失明饒淚

又云凡能猪二脂不作燈火烟氣入目光不能遠視

養生要集云中經云以冷水洗目引熱氣令人目早瞑

養性志云日月勿正怒目久視之令人早失其明

蘄部脤石論云凡澆頭勿使頭垢汁入目中令人目早瞑

晉書云范寗字武子患目痛就張湛求方荅云治以六物

損讀書一　減思慮二　專內視三　簡外觀四　旦晩起五

夜早眠六　凡六物熬以神火下以氣篩蘊於胷中七日然後

納諸方寸脩之非但明目乃亦延年

養生要集云中經曰髮血之窮也千過梳髮〻不白

千金方云凡旦欲得食訖然後洗梳也

唐臨脚氣論云數須用梳櫳頭毎梳髮欲得一百餘梳之

大去氣

延壽赤書云大極經曰理髮宜向王地當數易櫛々剟多

而不使痛亦可令侍者櫛之取多佳也於是血流不滯

髮根當堅（令侍者擢手然令櫛不然污天宮也）

又云真誥曰櫛髮欲得多過通血氣散風濕也數易櫛逾良

又云丹景經曰以手更摩髮及理櫛但數令髮不白也

大素經楊上善注云齒爲骨餘以楊枝若物資齒則齒

先婁反 澌也

鮮好也

養生要集云中經曰齒骨之窮也朝夕琢齒〻不齲

又云食畢當嗽口數過不尒令人病齒齲 五禹反說文云齒蠹也

又云水銀近牙齒蝕斷腫善落齒

顏氏家訓云吾嘗患齒動搖欲落飮熱食冷皆若疼痛

見抱朴子云牢齒之法旦朝建齒三百下爲良行之數

日卽便平愈至今恒將之此輩小術無損於事亦

可脩之

千金方云食畢當嗽口數過令人牙齒不敗口香

延壽赤書云酆都記日夜行當鳴天鼓無至限數也
辟百鬼耶凡鬼畏嗏齒之聲是故不得犯人今案太清經云天鼓謂齒也
養生要集云中經日爪筋之窮也爪不數截筋不替
千金方云凡寅日剪手甲午日剪足甲今案唐臨勝氣論云丑日手甲寅日足甲割之
養生要集云中經日人不欲數々沐々浴々動血脉引外氣
又云飽食即沐髮者作頭風病
又云青牛道士日汗出不露卧及澡浴使人身振及寒㽷或
作風瘺
又云新沐頭未乾不可以卧使人頭重身㽷及得頭風煩滿

又云抱朴子云月宿東井日可沐浴令人長生無病

又云正月十日人定時二月八日黄昏時三月六日〻入時四月七日〻昳時五月一日〻中時六月廿七日〻食時七月廿五日小食時八月廿五日〻出時九月廿日鷄三鳴時十月十八日鷄始鳴時十一月十五日過夜時十二月十三日夜半時閏月視日入中時可沐浴得神明息除百病

又云道士齋戒沐浴蘭菊花湯令人老壽

又云常以春三月旦沐更生夏三月旦沐周盈秋三月旦沐日精冬三月旦沐長生常用陰日沐浴之増壽三百年謂不能但沐浴

也服之者延壽無已　今案大清経云更生者菊之始生苗也周盈者菊之茎也日精者菊華也長生者菊根也又蝦蟆経云甲丙戊庚壬皆陽日也乙丁己辛癸皆陰日也

又云凡人常以正月二日二月三日三月六日四月八日五月一日六月廿七日七月七日八月八日九月廿日十月八日十一月廿日十二月卅日取枸杞煮湯沐浴益人光色八九十顔色如年少之時不老不病

延壽赤書云至甲子及涓日當沐浴

千金方云恒欲晦日沐涓日浴

又云居家不欲數沐浴必須密室々不得大熱亦不得大冷大熱大冷皆生百病冬沐不得使汗出沐浴後不得觸風

冷飢忌浴飽忌浴沐浴（正本无之）訖須進少許食飲乃出
又云新沐訖勿以當風勿以濕結之勿以濕頭卧使人得頭
風眩悶髮頽面齒痛耳聾
又云熱泔洗頭冷水灌亦作頭風飽飢沐髮亦作頭風夜沐
髮不食而卧令心虛饒汗多夢
又云炊湯經宿洗人體成癬洗面無光作甑畦瘡
又云凡夫妻不同日沐浴
太清經云新沐訖不得露頭傍河遊觀亦爲大風
枕中方云勿十一月十日沐浴

養生志云諸深山有陂水久停者喜有沙虱(アカムシ)不中沐浴

養生要集云凡遠行途中逢河水勿洗面生爲皯(オモカニ)状如烏卵之色班也

用氣第四

抱朴子云一人之身一国之象也(ナリ)胷腹之位猶宮室也四支之列猶郊境也骨節之分猶百官也神猶君也血猶臣也氣猶民也故知治身則能治國也夫愛其民所以安其国恡(オシム)其氣所以全其身民散則国亡氣竭則身死也是以至人脩未起之患治未病之疾醫之於無事之前不追之於既逝之後民難養而易危也氣難清而易濁也

故審威德所以保社稷割嗜欲所以固血氣然後眞一存焉三七守焉百害却焉年壽延焉

養生要集云鹵公云人在氣中如魚在水々濁則魚瘦氣昏則人疾濁者非獨天氣昏濁但思慮縈心得失交喪刻廢蹇之名為濁也

又云彭祖云人之受氣雖不知方術但養之得宜常壽百廿歲不得此者皆傷之也小復曉道可得二百卌歲復能加之可至四百八十歲

又云服氣經云道者氣也寶氣則得々道々則長存神者精

也寶精則神〻明〻則長生精者血脉之川流守骨靈神也精
去則骨〻枯〻則死矣是以爲道者務寶其精從夜半至日
中爲生氣從日中至夜半爲死氣常以生氣時正偃卧瞑目
握固〻〻者如嬰兒之捲手閉氣不息於心中數至二百乃口吐氣出之日
增息如此身神具五藏安能閉氣數至二百五十華蓋
義〻〻者眉也耳目聰明舉身無病耶不干人也
又云行氣者先除鼻中毛所謂通神路常人又利喘也
又云行氣閉氣雖是治身之要然當先達解其理空又宜虛
不可飽滿若氣有結滯不得宣流或致發瘡譬如泉源不

可壅遏不通若食生魚生蟲生菜肥肉及喜怒憂恚不
除而行氣令人發上氣凡欲作此皆以漸
又云元陽經云常以鼻內氣含而嗽滿舌料唇齒咽之一日
一夜得千咽甚良當少飲〻食〻多氣逆百脉閉〻則氣〻不〻
行〻則生病也
又云老子尹氏內解曰唾者湊爲醴泉聚爲玉漿流爲華池
又云老子尹氏內解曰唾者湊爲醴泉聚爲玉漿流爲華池
散爲精液降爲甘露故口爲華池中有醴泉漱而咽之溉藏
潤身流利百脉化養萬神支節毛髮宗之而生也

又云養生内觧云人能終日不唾含棗而咽之令人愛氣生
津液此大要也
又云劉君安曰食生吐死可以長存謂鼻内氣為生口吐
氣為死凡人不能服氣從朝至暮常習不息徐而舒之
又云常令鼻内口吐所謂吐故納新也現世人有能以鼻吹
管以鼻飲酒者積習所能則鼻能為口之所為者今習以
口吐鼻納尤易鼻吹鼻飲也但人不能習〻不能久耳
又云彭祖云和神導氣之道當得密室閉房安牀煖席
枕高二寸五分正身偃卧瞑目閉氣息於胸膈以鴻毛著

鼻口上而鴻毛不動經三百息耳無所聞目無所見心無
所思寒暑不能害蜂蠆不能毒壽三百六十此真人也
若不能无思慮當從漸除之耳不能猥閉之稍〻學之
起於三息五息七息九息而一舒氣尋復噏之能十二息
不舒是小通也百廿不息是大通也
又云當以夜半之後生氣之時閉氣以心中數〻令聞不容
聞恐有誤亂可並以手下籌能至千則去仙不遠矣吐
氣令入多出少常以鼻取之口吐之
又云若天霧惡風猛寒大熱勿取氣但閉之而已微吐

尋復閉之
又云行氣欲除百病隨所有念之頭痛念頭足痛念足使其愈和氣往攻之從時至時便自消矣此養生大要也
大清經云夫氣之為理有内有外有陰有陽〻氣為生陰氣為死從夜半至日中外為生氣從日中至夜半内為死氣
凡服氣者常應服生氣死氣傷人外氣生時隨欲服便服不絶待當時也取外氣法鼻引生氣入口吐死氣出愼不可逆〻則傷人口入鼻出謂之逆也從日中至夜半生氣在内服法閉口目如常喘息令息出至鼻端即數兩頬引出息

還入口滿口而咽以足爲度不須咗也
又云甘始服六戊法常以朝暮先甲子旬起向辰地舌䑛上
下齒取津液周旋三至而一咽五咽止次向寅亦如之周
於六戊凡卅咽止
又云鄗儉服六戊法起甲子日竟旬恒向戊辰咽氣甲戌
旬則恒向戊寅咽六旬効此
又云服五星精法春夏秋冬及四季月各向達各存其星
氣大如指隨其色來入口又各存藏中色氣亦如此上出口
便含咽吞之復更吸吞數畢止日三初三九次三七後三五也

春起平旦次日中日入夏日出日入秋日入人定鷄鳴冬夜半日出日中一云日入四季各依王時起至間中三七至衡並舒手足張口引之時三五

又云取氣法從鼻中引入中口吐出愼不可逆〻則傷人入鼻出之逆也脹法正身仰臥下枕令與身平握固以四指把大指握固也要令床敷厚穩平正直身兩脚相去吾舒兩臂令去身各五寸安身體定氣息放身如委衣床上謂之大委氣法也然後徐〻鼻中引氣鼓兩頰令起徐〻歛引氣入頰中久勿令頓滿也滿則還出〻則咽難但令

内虚々則復得更引若氣先調者歲七引入口一咽氣先
未調者五引可咽三引亦可咽々時小動舌令氣轉然後
咽々時勿使鼻中氣泄也氣泄則損人
又云取氣時偃臥直兩手將握固兩脚相去兩手各去身
五寸閉目閉口鼻中引氣從夜半初服九々八十一咽鷄鳴
八々六十四咽平旦七々卌九咽日出六々卅六咽食時五々廿五
咽禺中四々十六咽
又云初服氣々羸未調量(ハカリ)能否應一引一咽一吐或二咽一吐
或三咽一吐若氣小調三引一咽一吐或二咽一吐或三咽一吐氣

漸〻調五引一呬一吐或二呬一吐或三呬一吐居平好也又七引一呬一吐或二呬一吐至三呬一吐此氣極調善也

又云凡服氣及符水斷穀皆須山居靜處安心定意不可令人卒有犯觸而致驚忤者皆多失心初為之十日廿日疲極消瘦頭眩足弱過此乃漸〻勝耳若無之以藥物則不乃虛惙（ムナシクツカレ）也（陟雪反疲也）例不欲多言咲舉動巨精費（ツヒヤル）氣最為大忌

千金方云調氣方治万病大患百日即生眉鬚也凡調氣之法夜半後日中前氣生得調日中後夜半前氣死不得調〻氣時仰卧牀鋪厚軟枕高下共身平舒手展脚兩

手握大母指節去身四五寸兩肺相去四五寸引氣從鼻入足即停止有力更取久住氣悶從口細々吐出盡還從鼻細々引入

又云每旦初起面向午展兩手於膝上心眼觀氣入頂下達湧泉旦々如此名曰送氣常以鼻引氣口吐氣微吐不得開口復欲得出氣少入氣多

導引第五

養生要集云寧先生道引經云所以道引令人支體骨節中諸惡氣皆去正氣存處矣

大素經楊上善云導引謂熊頸鳥伸五禽戯等近愈
痿躄万病遠取長生久視也
華他別傳云他嘗語呉普云人欲得勞動但不當自極耳
體常動搖穀氣得消血脉流通疾則不生卿見戸樞雖用
易腐之木朝暮開閉動搖遂最晩朽是以古之仙者赤
松彭祖之爲道引蓋取於此
養生要集云寧道引常候天陽和温日月清静時可入
室甚寒甚暑不可以導引
又云導引經云凡導引調氣養生宜日別三時爲之謂

卯午酉時臨欲導引宜先潔清

又云道人劉京云人當朝〻服玉泉使人丁壮有顔色去虫而堅歯玉泉者口中唾也朝未起早嗽漏之満口乃呑之輙〻啄歯二七過如此者二乃止名曰練精

又云養生内觧云常以向晨摩指少陽令熱以熨目満二七止

又云常以黄昏指目四眥名曰存神光満

又云拘魂門制魄戸名曰握固令人魂魄安魂門魄戸者両手大母指本内近爪甲也此固精明目留年還白之法

若能終日握之耶氣百毒不得入握固法屈大母指著四小指内抱之積習不止眠中亦不復開一説云令人不厭魅

又云常以向晨摩目畢琢齒卅六下以舌熟舐二七過嚥滿口中津液滿口咽之三過止亦可二七琢齒一琢一咽滿三止

又云旦起東向坐以兩手相摩令熱以手摩額上至頂上滿二九止名曰存泥丸

又云清旦初起以兩手叉兩耳極上下之二七止令人耳不聾

又云摩手令熱以摩面從上下止耶氣令面有光

又云令人摩手令熱當摩身體從上至下名曰乾浴令人

勝風寒時氣熱頭痛疾皆除

脹氣導引抄云臥起先以手巾若厚帛拭項中四面及

耳後背使負迊溫溫然也順髮摩頭若理櫛之無在(カキル)也

謂臥初起先宜向王行此法竟(ヲハリ)乃爲拭手及諸事

千金方云自按摩法日三遍一月後百病並除行及走馬此

是婆羅門法一兩手相捉(トラヘ)向戾如洗手法一兩手淺相叉

翻覆向胷一兩手相捉共按脞(モヽ)左右同 一兩手相重按脞徐徐

戾身一如挽(ヒク)五石弓力左右同 一作拳向前築(築)左右同 一如拓(ヒロフ)石法他各叉捨也

左右同 一以拳卻頓此是開胷左右同 一大坐殿身

偏𢾶如排山一兩手扼頭宛轉䏶上此是抽脇一
兩手挭地縮身曲脊向上三舉一以手。趍背上
左右同一大坐申脚三用當相手反制向後左右同
一兩手拒地迴顧此是虎視左右同一立地反拗
三舉一兩手急相叉以脚蹋手中左右同一起立
以脚前後踏左右同一大坐申脚用當相手抅所
申脚着膝上以手按之左右同
凡一十八勢但老人日別能依此法三遍者如
常補益延年續命百病皆除能食眼明輕健

不復瘦

又云每日恒以手雙向上招下傍下傍招前招後

下又反手爲之

又云人無問有事無事恒須日別一度遣人踏背及四支頸項若令熟踏即風氣時氣不得著人此大要妙不可具論之

君臨脚氣論云每旦展脚坐手攀脚七度令手著指漸至脚心極踏手用力攀脚每日如此脚氣不能傷人

蘇敬脚氣論云夏時腠理開不宜卧眠〻覺令人揍按勿使邪氣讋留數勞動關節常令通暢此並養生之要提拒風邪之法也

行上第六

千金方云凡人有四正行正坐正立正言正亂須正飽須行

又云凡行立坐勿背日月

又云寒跏趺坐暖舒脚眠峻坐以兩足作八字去冷治五痔病

又云或行及乘馬不用迴〻顧〻則神去人

養生志云旦起勿交臂膝上坐凶

臥起第七

養生要集云内觧日臥當正偃正四支自安无側无伏无劬渠倶反労也无傾常思五藏内外昭明欲臥无以人定時加亥是時天地人萬物皆臥爲一死与鬼路通人皆死吾獨生矣欲臥常以夜半時加子是時天地人萬物皆臥寤爲一生々氣出還不与人同臥息常随四時八節春夏蚤起与鷄倶興秋冬晏起必得日光无逢之々則傷

千金方云春欲眞臥早起夏及秋欲偃息侵夜乃臥

早起冬欲早臥而晏起皆益人雖云早起莫在鷄鳴
前雖言晏起莫在日出後

又云人臥春夏向東秋冬向西此為常法

又云暮臥常習閉口〻開即失氣又邪悪從入

又云屈膝側臥益人氣力勝正偃臥

又云睡不厭蹹覺不厭舒凡人舒睡則有鬼物魘耶得便故逐覺時乃可舒耳

又云大夫頭勿北首臥〻勿當梁脊下臥訖勿留燈燭令
魂魄及六神不安多愁怨

又云行作鵝王步眠作師子眠右脇著地屈膝

又云凡眠先卧心得卧身

又云人卧一夜作五覆恒逐更轉

又云人卧訖勿張口久成消渇及失血色

又云不得晝眠令人失氣　又云夜卧勿覆其頭得長壽

又云夜卧當耳勿有孔吹耳聾

枕中方云勿以冬甲子夜眠卧

千金方云凡人厭勿燃明喚之定厭死不疑闇喚之吉

亦不得近而急喚

又云人眠勿以脚懸蹹高處久成腎水及損房足冷

又云夏不用屋上露面臥令面皮膚喜成癬一云面風

又云人頭邊勿安火爐日別承火氣頭重目精赤及鼻乾

言語第八

養生要集云中經曰人語笑欲令至少不欲令聲ゝ高ゝ由於論義理辯是非相嘲調說穢慢每至此會當虛心下氣与人不競若過語過笑損肺傷腎精神不定

千金方云冬日正可語不可言自言曰言荅人曰語有人来問不可荅不可發也

又云冬日觸冷行勿大語言開口

又云語作含鐘聲

又云行不得語欲語須作立乃語 行語令人失氣

又云縱讀誦言語常想聲在氣海中 沓下也

又云且起欲得專言善事不欲先計錢財

又云且下床勿叱咄呼勿惡言　又云且勿嗟歎

又云凡清旦恒言善事聞惡事即向所來方三唾之吉

又云日初入後勿言語讀誦必有讀誦寧待平旦

又云寢不得語 言五藏如鍾磬不懸不可出聲

又云夜夢不可說之旦以水向東方潠之咒曰惡夢著草木好夢成寶玉即無咎

又云夢之善悪勿説之

養生志云旦起勿言奈何々々勿歌嘯名曰請福吉

又云眠訖勿大語損氣少氣力

又云眠時不得歌詠々々不詳事起

枕中方云夫學道者毎事欲密勿泄一言々々輙減一筭

々々三日也

服用第九

大素經云岐伯曰衣服且欲適寒温寒無凄々暑無出汗

養生要集云青牛道士曰春天々氣雖陽暖勿薄衣也

常令身輙〻微汗乃快耳
千金方云衣服器械勿用珠玉金寶增長過失
又云春天不可薄衣令人得傷寒霍乱不消食頭痛
又云春氷未泮衣欲下厚上薄養陽収陰継世長生
又云濕衣及汗衣皆不可久着令人發瘡及風瘙大汗
能易衣佳不易者急粉身不尒令人小便不利
又云旦起衣有光者當户三振之咒云殃〻去〻吉
養生志云旦起着衣反着更正着吉
又云旦起衣帶拖人或結三振云殃去〻〻吉

又云高枕遠唾損壽

本草食禁雜法云勿向北冠帶大凶

居處第十

養生要集云河圖帝視萌曰違天地者凶順天時者吉春夏樂山高處秋冬居卑深藏吉利多福老壽無窮

千金方云凡居處不得綺美華麗令人貪婪無厭損志但令雅素淨潔免風雨暑濕為佳

又云凡人居止之室必須周密勿令有細隙致有風氣

得入久而不覺使人中風
又云覺室有風勿強忍久坐必須起行避之
又云凡壚北勿安床勿面向坐久思不祥起
又云上床先脫左足
又云凡在家及行卒逢大飄風暴雨大霧者此皆是諸龍鬼神行動經過所致宜入室閉戶燒香靜坐安心以避待過後乃出不尓損人或當時雖未有若於後不佳
又云家中有經像者欲行來先拜之然後拜尊長

又云凡遇神廟慎勿輙入々必恭敬不得擧目恣意顧瞻當如對嚴君焉乃享其福耳

延壽赤書云南岳夫人云臥床務髙々則地氣不及鬼吹不干鬼氣侵人常依地面向上　床高三尺六寸而鬼氣不能及也

雜禁第十一

養生要集云神仙圖云禁无施精命夭禁无大食百脉閉禁无大息精漏泄禁无久立神綣極禁无大温消髓骨禁无大歓膀胱急禁无久臥精氣癈禁无大寒傷肌肉禁无久視令目矇禁无久語舌枯竭禁无久坐令

氣逆禁无熱食傷五氣禁无咏謡失肥汁禁无恚怒
神不樂禁无多眠神放逸禁无寒食生病結禁无出涕
令泄遺禁无大喜神越出禁无遠視勞神氣禁无久聽聰
明閉禁无食生宮腸胃禁无歎吁驚魂魄禁无遠行
勞筋骨禁无久念志恍惚禁无酒醉傷生氣
禁无哭泣神悲感禁无五味傷腸胃禁无久
騎傷經絡廿八禁天道之忌不避此忌行道
无益
又云中經云射獵魚捕摶喜而大笑者絶藏氣

或有即悪者復令當時未覺一年二年後發病
良醫所不治
抱朴子云才所不逮(オヨハ)而困思之傷也力所不勝(タヘ)而強(アナガチニ)
擧(アガル)之傷也深憂重恚傷也悲哀憔悴傷也喜樂
過差傷也吸々所欲傷也戚々所患傷也久談言
咲傷也寢息失時傷也挽弓引弩傷也沈醉歐
吐傷也飽食即臥傷也跳走喘乏傷也歡呼哭
泣傷也陰陽不交傷也積傷至盡々早々已々非
道也是以養生之方唾不返遠行不疾步耳不極

聽目不久視坐不至疲臥不及疲先寒而衣先熱而解不欲極飢而食ゝ不可過飽不欲極渴而飲ゝ不可過多凡食過則結積聚飲過則成淡癖也不欲甚勞不欲甚逸不欲流汗不欲多唾不欲奔車走馬不欲極目遠望不欲多啖生冷不欲飲酒當風不欲數ゝ沐浴不欲廣志遠願不欲規造異巧冬不欲極温夏不欲窮凉不欲露臥星下不欲眠中見扇大寒大熱大風大霧皆不欲冒之

又云或云敢問欲修長生之道何所禁忌抱朴子曰禁

忌之至急者不傷不損而已案易内戒及赤松子經及河圖紀命符皆云天地有司過之神隨人所犯輕重以奪其筭諸應奪筭有數百事不可具論若乃憎善好殺口是心非背向異辭反戾直正虐害其下欺内其上叛其所事受恩不感弄法受賂縱曲枉直廢公爲私刑加无辜破人之家收人之寶害人身取人之位侵尅賢者誅降戮服謗訕仙聖傷殘道士彈射飛鳥刳胎破卵春夏誅降戮服獠獦罵詈神靈教人爲惡蔽人之善

佻偷也

賊人自益危人自安佻人之功懐人佳事棄人所愛
離人骨肉辱人求勝取人長錢決水放火以行害人
迫脅尫弱以惡易好強取強求虜掠致富不公不
平淺洪傾耶淩旁愚寡拾遺取伊欺殆誕詐好
說人私持人長短指天撓地祝詛求直假借不還換
貸不償求欲無已憎嫉忠信不順上命不敬所師
咲人作佳敗人菓稼損人器物以窮人用以不清
潔飲食他人輕稱小斗狹幅短度以偽雜真掠取姧
利誘人取物越井跨竈晦歌朔哭此一句輒是一罪

隨事輕重司命奪其筭〻紀〻盡則人死若筭訖
未盡而不自死殃及子孫也
千金方云養生之道莫久行久立久臥久坐久聽久視
莫再食莫強食莫強酔莫舉重莫憂思莫大怒
莫悲愁莫大歡莫跳踉莫多言莫多咲莫汲〻於所
欲莫情〻懷忿恨皆損壽命若能不犯則長生也
又云一日之忌夜莫飽食一月之忌暮莫使酔一歳之忌
暮勿遠行終身之忌莫燃燭行房
又云凡人心有所愛不用深愛心有所憎不用深憎並

皆損性傷神亦不可深讃亦不可深毀常須運心於物平等如覺偏頗尋即改正之

又云凡冬月忽有大熱之時夏忽有大涼之時皆勿愛之有患天行時氣者皆由犯此

又云冬月天地閉血氣藏人不可勞作出汗發泄陽氣損人

又云凡忽見龍蛇勿興心驚恠之亦勿住意瞻視忽見光恠變異事即強抑勿恠之諺云視恠不恠々自壞也

又云凡見姝妙美女慎勿熟視而愛之此當是魑魅之物令人深愛也無問空山曠野稠人廣衆皆亦如之又云且勿嗔恚　勿對竈罵詈　且勿令髮覆面　皆不祥勿鼓竈鼬　勿陰霧遠行　勿北向唾魁罡神為勿臘日哥舞凶　勿塞故井及水瀆令人聾盲

本草食禁雜法云勿鼓竈令人短壽

養性志云諸空腹不用見臭尸〻氣入脾舌上白黄起口常臭

又云諸欲見死尸臭物皆須飲酒〻能避毒氣

枕中方云勿与人争曲直當減人筭壽也

又云亥子不可唾巳精失氣減損年命

又云凡甲寅庚辛日是尸鬼競亂精神躁穢之日也不得与妻(夫)同席言語會面必須清淨沐浴不寝以警備之也

又云三月一日不与婦人同處大凶

又云八節日勿雜處　又云勿以朔晦日怒

又云勿以正月四日北向殺生又云四月八日勿殺伐草木

又云勿以五月五日見血　又云勿六月六日起土

又云勿以七月七日念惡事　又云勿八月四日市（カフ）諸附足（ツイル）之物

又云勿九月起床席　又云勿以十月五日罰責人

又云勿以十二月晦日三日内不磨燒香念道也

朱思簡食經云刀及不得向身大忌令損人年壽

養生志云男夫勿跂（クハタカル）（フム）井中令古大忌又云來横口舌

又云諸得重鞭杖創及荻背者產婦皆不用見之

延壽赤書云八節日當齋心謨（謹）言必以善事愼不可以

其日震怒及行威刑皆天人之大忌

養身經云人有一不當二不可三愚四惑五逆六不祥七

癡八狂不可犯之

一不當吉日与婦同床一不當

今案周礼云一月之吉注曰吉謂朔日也

二不可飽食精思一不可上日裁下二不可

今案尚書云正月上日受終于文祖孔安国云上日朔日也正義云上日言一歳日之上也

三愚不早立功一愚貪他人功二愚愛人功及用作功三愚

四惑不早与学道一惑見一道書不能破壊二惑悦人妻而賎己妻三惑嗜酒數醉四惑

五逆小便向西一逆向北二逆向日三逆向月四逆大便

仰頭視天日月星辰五逆

六不祥夜起裸行无衣一不祥旦起瞋恚二不祥向竈罵詈三不祥舉足内火四不祥夫婦晝合五不祥盜恚師父六不祥

七癡齊日食葷一癡借物无功二癡數貸人功三癡吉日迷醉四癡与人諍言以身自詛五癡兩舌自譽六癡詐欺父師七癡

八狂私傳經誡一狂得罪死惡天二狂立功已恨三狂吉日不齊四狂惡父師五狂讀經慢法六狂同學仲義

相奸七狂欺詐自稱師八狂

醫心方卷第廿七

醫心方卷第廿七札記

一頁下一行時則千金無時字四行聿光光之異構二頁下五行思即千金即作則六行心構千金構作慵八行燋煎千金作惟捽四頁上一行聿之聿慣同六行嵇康養生論云以下八行今本文選不載蓋係闕逸五頁上二行勁刷文選勁作勁八行侵性侵侵之俗下一行悟生理文選同傍記悟作性非是三行無感文選同旁記感作感亦非四行又云嗜欲以下三行文選不載知今文選養生論非全文也七行又云養性以下六行蓋係重出宣文句殺有異同是以係存欲然前所載爲後人補寫則此却是爲原文也七頁下一行逆身足以燌欬逆身二字落在燌欬上此誤錯十二頁下一行極目視據千金三字恐衍十三頁下二行

櫛頭 櫛之言通也謂疏通頭髮也

十五頁上五行 過夜時 夜下恐脫半時

十六頁上二行 勿以濕結之 千金作勿濕縈髻

三行 髮頹面 千金作髮禿面黑

六行 洗面無光作皰眭瘡 千金作洗面無光洗脚即瘠痛作皰眭瘡案皰眭瘡未詳豈即黯皯瘡欲眭皯聲相近又案病源有皰帶瘡瘡繞腰生語言一例宜併攷

十七頁上二行 三七 千金廿七引抱朴子七作一

四行 得失交喪引燕蹇 此句文義未詳疑有訛脫

下八行 空又宜虛 此句上下恐有訛脫

廿頁下六行 指把 把即把字

廿三頁上三行 漏之 千金廿七引皇甫隆漏之作津令

廿四頁上六行 向戾 千金作紐捩

八行 戾身 千金戾作捩

九行 以拳 千金以作作

厥身 千金作斜身

下二行 梗地 千金作攄地

三行 曳脚 以下十一字千金作伸兩脚即以一脚向前虛掣十一字

四行 拒

跐千金作拒地　四行　及掬千金掬下有身字　六行　前後踏千金踏上有虛字

曳脚千金作伸兩脚　狗𠩄曳脚千金狗作勾曳作申　七行　膝上千金

作聰中　八行　如常千金作一月後百病除行及奔馬十字　廿六頁下九行　師子眠

千金眠作卧　廿七頁上五行　耳聾仁和寺本耳上有其字　下七行注　啗人啗訛啗

不可啗仁和寺本啗上有不字千金同　不可發仁和寺本發下有言字千金同

廿八頁下四行　不詳仁和寺本詳作祥　廿九頁下七行傍記　力男友仁和寺本作玊盧合

及四字　三十頁下七行　綣極仁和寺本綣作惓　卅一頁下八行　〻早〻已〻

千金引抱朴子作盡則早亡盡則六字案已即己字　卅二頁下五行　欺内仁和寺本内字傍書

作冈冈即囘　七行　人身仁和寺本身上有之字　八行　謗訥仁和寺本訥作訒

卅三頁上五行求直仁和寺本直作真　下五行大歡千金歡作懽　六行情ゝ

懷恚恨千金情ゝ作悄ゝ　卅六頁下五行无功无訛元　九行同學仲義

業仲即中字義字後人所加無者似是

醫心方卷第廿八 房内

從五位下行鍼博士兼丹波介丹波宿祢康頼撰

至理第一

玉房秘決云冲和子曰夫一陰一陽謂之道搆精化生之爲用其理遠乎故帝軒之問素女彭、鏗之酬殷王良有旨哉

黄帝問素女曰吾氣衰而不和心内不樂身常恐危將如之何素女曰凡人之所以衰微者皆傷於陰陽交接之道尒夫女之勝男猶水之滅火知行之如釜鼎能和五味以成羹臛能知陰陽之道悉成五樂不知之者身命將夭何得歡樂可不愼哉

素女云有采女者妙得道術王使采女問彭祖延年益

壽之法彭祖曰愛精養神服食衆藥可得長生然不知
交接之道雖服藥無益也男女相成猶天地相生也天
地得交會之道故无終竟之限人失交接之道故有夭
折之漸能避漸傷之事而得陰陽之術則不死之道也
采女再拜曰願聞要教彭祖曰道甚易知人不能信而
行之耳今君王御万機治天下必不能備為衆道也幸
多後宮宜知交接之法〻之要者在於多御少女而莫
數寫精使人身輕百病消除也
漢駙馬都尉巫子都年百卅八字孝武巡狩見子都於

渭水之上頭上有異氣忽々高丈餘許帝怪而問之東
方朔々之對曰此君有氣通理天中施行陰陽之術上屛
左右問子都々々曰陰陽之事公中之私臣子所不宜言
又能行之者少是以不敢告臣受之陵陽子明年六十五
矣行此術來七十二年諸求生者當求所生貪女之容
色極力強施百脉皆傷百病並發也
玉房指要云彭祖曰黃帝御千二百女而登仙俗人以
一女而伐命知與不知豈不遠耶知其道者御女苦不
多耳不必皆須有容色妍麗也但欲得年少未生乳而

多肌肉者耳但能得七八人便大有益也

素女曰御敵家當視敵如瓦石自視如金玉若其精動當疾去其鄉御女當如朽索御奔馬如臨深𡊮下有刃恐墮其中若能愛精命亦不窮也

黄帝問素女曰今欲長不交接為之奈何素女曰不可天地有開闔陰陽有施化人法陰陽隨四時今欲不交接神氣不宣布陰陽閉隔何以自補練氣數行去故納新以自助也玉莖不動則辟死其舍所以常行以當導引也能動而不施者所謂還精〻〻補益生道乃著

素女經云黄帝曰夫陰陽交接節度爲之奈何素女曰交接之道故有形狀男致不衰女除百病心意娯樂氣力強然不知行者漸以衰損欲知其道在於定氣安心和志 三氣皆至神明統歸不寒不熱不飢不飽亭身定體性必舒遅淺内徐動出入欲希女快意男盛不衰以此爲節

玄（素イ）女經云黄帝問玄（素イ）女曰吾受素女陰陽之術自有法矣願復命之以悉其道玄女曰天地之間動須陰陽ゝ得陰而化陰得陽而通一陰一陽相須而行故男感堅

君異云陰陽不交傷也

施女動闢張二氣交精流液相通男有八節女有九宮用之失度男發癰疽女害月經百病生長壽命銷亡能知其道樂而且施壽即增延色如華英抱朴子云凡服藥千種 三牲之養而不知房中之術名無所益也是以古人恐人之輕恐（恣イ）情性故美爲之說亦不可盡信也玄素喩於水〻火〻煞人又生人於在能用與不能耳大都得其要法御女多〻益善若不曉其道用一兩者適足以速死耳

又云人復不可都陰陽不交則生癰瘀之疾故幽閑怨

曠多病而不壽任情恣意復伐年命唯有得節宣之和
可以不損洞玄子曰夫天生萬物唯人最貴人之所上
莫過房慾法天象地規陰矩陽悟其理者則養性延齡慢
其真者則傷神夭壽至如玄女之法傳之萬古都具陳其
梗槩仍未盡其機微余每覽其條思補其闕綜習舊
儀纂此新經雖不窮其純粹抑得其糟粕其坐臥舒卷
之形偃伏開張之勢側背前卻之法出入深淺之規並
會二儀之理俱合五行之數其導者則得保壽命其違
者則陷於危亡既有利於凡人豈無傳於萬葉

千金方云男不可無女〻不可無男若孤獨而思交接損人壽生百病又鬼魅因之共交精損一當百

又云人年卌以下多有放恣卌（卌太政本）以上即復覺氣力一時衰退〻〻既至衆病鋒起及（久イ）而不治遂不救故年至卌須識房中之術者其道甚近而人莫之知術其法一夜御十女不泄而已此房中之術畢矣兼之藥餌四時勿絶則氣力百倍而智慧日新然此方之術也

養陽第二

玉房秘決云沖和子曰養陽之家不可令女人竊窺此

術非但陽無益乃至損病所謂利器假人則攘袂莫擬也

又云彭祖曰夫男子欲得大益者得不知道之女為善

又當御童女顏色亦當如童女々但苦不少年耳若得

十四五以上十八九以下還甚益佳也然高不可過卅

雖未卅而已産者為之不能益也吾先師相傳此道者

得三千歲兼藥者可得仙

又云欲行陰陽取氣養生之道不可以一女為之得

三若九若十一多々益善採取其精液上鴻泉還精肥

膚悅澤身輕目明氣力強盛能服衆敵老人如廿時若

年少勢力百倍

又云御女欲一動輒易女〻〻可長生若故還御一女者女陰氣轉微爲益亦少也

又云青牛道士曰數〻易女則益多一夕易十人以上尤佳常御一女〻精氣轉弱不能大益人亦使女瘦瘠也

玉房指要云彭祖曰交接之道無復他奇但當從容安徐以和爲貴玩其丹田求其口實深按小搖以致其氣女子感陽亦有徵候其耳熱如飲淳酒其乳暖起握之滿手頸項數動兩脚振擾淫衍窈窕乍男身如此之時

小縮而淺之則陽得氣於陰有損又五藏之液要在於舌赤松子所謂玉漿可以絶穀當交接時多含舌液及唾使人胃中豁然如服湯藥消渴立愈逆氣便下皮膚悦澤姿如處女道不遠求但俗人不能識耳采女曰不逆人情而可益壽不亦樂哉

養陰第三

玉房秘決云沖和子曰非徒陽可養也陰亦宜然西王母是養陰得道之者也一与男交而男立損病女顏色光澤不着脂粉常食乳酪而彈五絃所以和心繫意使

使無他欲又云王母無夫好與童男交是以不可為世
教何必王母然哉
又云與男交當安心定意有如男子之未成須氣至乃
小收情志與之相應皆勿振搖踊躍使陰精先竭也陰
精先竭其處空虛以受風寒之疾或聞男子与他人交
接嫉妬煩悶陰氣鼓動坐起悁恚精液獨出憔悴暴老
皆此也將宜抑慎之
又云若知養陰之道使二氣和合則化為男子若不為
子轉成津液流入百脉以陽養陰百病消除顏色悅澤

肌好延年不老常如少童審得其道常與男子交可以
絕穀九日而不知飢也有病与鬼交者尚可不食而痟
瘦況与人交乎

和志第四

洞玄子云夫天左轉而地右迴春夏謝而秋冬襲男唱
而女和上爲。[而]下從此物事之常理也若男搖而女[不]應女
動而男不從非直損於男子亦乃害於女人此由陰陽
行佷上下了戾矣以此合會彼此不利故必須男左轉
而女右迴男下衝女上接以此合會乃謂天平地成矣

毛詩綢繆ハ調ヤトラ纒

婉宋モ順ヤ美ヤ

凡深浅遅速捌捩東西理非一途蓋有万緒若緩衝似鯽魚之弄鈎若急蹙如羣鳥之遇風進退牽引上下随迎左右往還出入踈密此乃相持成務臨事制宜不可膠柱宮商以取當時之用

又云凡初交會之時男坐女左女坐男右乃男箕坐抱女於懐中於是勒纎腰撫玉體申燕婉叙綢繆同心同意乍抱乍勒二形相搏兩口相嗚男含女下脣女含男上脣一時相吮茹其津液或緩嚙其舌或微齚其脣或邀遣抱頭或逼命拈耳撫上拍下嗚東嚙西千嬌既申

百慮竟解乃令女左手抱男玉莖男以右手撫女玉門於是男感陰氣則玉莖振動其狀也峭然上聳若孤峯之臨迥漢女感陽氣則丹穴津流其狀也涓然下逝若幽泉之吐深谷此乃陰陽感激使然非人力之所致也勢至於此乃可交接或男不感振女無淫津皆緣病發於內疾形於外矣

玉房秘決云黃帝曰夫陰陽之道交接奈何素女曰交接之道固有形狀男以致氣女以除病心意娛樂氣力益壯不知道者則侵以衰欲知其道在安心和志精神

充歸不寒不暑不飽不飢定身正意性必舒遲滑内徐
動出入欲稀以是爲節慎無敢違女既懽喜男則不衰
又云黄帝曰令欲強交接玉莖不起面慙意羞汗如珠
子心情貪欲強助以手何以強之願聞其道素女曰帝
之所問衆人所有凡欲接女固有經紀（化イ）必先和氣玉莖
乃起順其五常存感（地イ）九部女有五色審所足扣採其溢
精取液丁口精氣還化填滿髓腦避七損之禁行八益
之道無逆五常身乃可保正氣内充何疾不去府藏安
寧光澤潤理每接即起氣力百倍敵人賓服何慙之有

玉房指要云道人劉京言凡御女之道務欲先徐〻嬉戯使神和意感良久乃可交接弱而内之堅強急退〔退進〕之間欲令〻疎遅亦勿高自投擲顛倒五蔵傷絶絡脉致生百病也但接而勿施能一日一夕数十交而不失精者諸病甚愈年壽日益玄女経云黄帝曰交接之時女或不悦其質不動其液不出玉茎不強小而不勢何以尔也玄女曰陰陽者相感而應耳故陽不得陰則不喜陰不得陽則不起男欲接而女不樂女欲接而男不欲二心不和精氣不感加以卒上暴下愛樂未施男欲求女〻

欲求男情意合同俱有悅心故女質振感男莖盛男勢
營扣俞鼠精液流溢玉莖施縱乍緩乍急玉戶開翕或
實作而不勞強敵自佚吸精引氣灌溉朱室今陳九事
其法備悉伸縮俯仰前却屈折帝審行之慎莫違失

臨御第五

洞玄子云凡初交接之時先坐而後臥女左男右臥定
後令女正面仰臥展足舒臂男伏其上跪於股內即以
玉莖竪拖於玉門之口森森然若偃松之當邃谷洞前
更拖磣勒鳴口嗍舌或上觀（歡イ）玉面下視金溝撫柏肚乳

之間摩挲璿臺之側於是男情既成女意當迷即以陽鋒縱橫攻擊或下衝玉理或上築金溝擊判於辟廱之傍憩息於璿臺之（右已上外遊未內交也）女當媱津湛於丹穴即以陽鋒投入子宮快洩其精津液同流上灌于神田下溉于幽谷使往來拚擊進退揩磨女必求死求生乞性乞命即以帛子乾拭之後乃以玉莖深投丹穴至於陽臺巖巖然若巨石之擁深谿乃行九淺一深之法於是縱柱橫桃傍牽側捘作緩作急或深或淺經廿一息候氣出入女得快意也男即疾摐（撞也）急刺磣勒高擡候女動搖取其

緩急即以陽鋒攻其穀實捉入于子宮左右研磨自不
煩細〻抽拔女當津液流溢男即須退不可死還必須
生返如死出大損於男特宜慎之
素女經云黃帝曰陰陽貴有法乎素女曰臨御女時先
令婦人放手安身屈兩脚男入其間銜其口吮其舌拊
搏其玉莖擊其門戶東西兩傍如是食頃徐〻內入玉
莖肥大者內寸半弱小者入一寸勿搖動之徐出更入
除百病勿令四傍洩出玉莖入玉門自然生熱且急婦
人身當自動搖上与男相得然後深之男女百病消滅

淺判琴絃入三寸半當閉口判之一二三四五六七八九曰深之至昆石傍往来口當婦人口而吸氣行九九之道訖乃如此

五常第六

玉房秘決云黄帝曰何謂五常素女曰玉莖實有五常之道深居隱處執節自守内懷至徳施行無行無已夫玉莖意欲施與者仁也中有空者義也端有節者禮也意欲即起不欲即止者信也臨事低仰者智也是故真人因五常而節之仁雖欲施予精苦不固義守其空者

明當禁使無得多實既禁之道矣又當施与故禮為之節矣執誠持之信既著矣即當知交接之道故能從五常身乃壽也

五徵第七

玉房秘決云黄帝曰何以知女之快也素女曰有五徵五欲又有十動以觀其變而知其故

夫五徵之候一曰面赤則徐々合之二曰乳堅鼻汗則徐々内之三曰嗌乾咽唾則徐々搖之四曰陰滑則徐々深之五曰尻傳液徐々引之

五欲第八

素女曰五欲者以知其應一曰意欲得之則并息并氣二曰陰欲得之則鼻口兩張三曰精欲煩者振掉而抱男四曰心欲滿者則汗流濕衣裳五曰其快欲之甚者身直目眠

十動第九

素女曰十動之効一曰兩手抱人者欲體相薄陰相當也二曰伸云其兩髀者切磨其上方也三曰張腹者欲其淺也四曰尻動者快善也五曰擧兩脚拘人者欲其

深也六日交其兩股者內痒淫〻也七日側搖者欲深切左右也八日舉身迫人淫樂甚也九日身布縱者支體快也十日陰液滑者精已洩也見其効以知女之快也

四至第十

玄女經云黃帝曰意貪交接而莖不起可以強用不玄女曰不可矣夫欲交接之道男注四至乃可致女九氣黃帝曰何謂四至玄女曰玉莖不怒和氣不至怒而不大肌氣不至大而不堅骨氣不至堅而不熱神氣不至故怒者精之明大者精之關堅者精之戶熱者精之門四氣

至而節之以道開機不妄開精不洩矣

九氣第十一

玄女經云黄帝曰善哉女之九氣何以知之玄女曰伺其九氣以知之女人大息而咽唾者肺氣来至鳴而吮人者心氣来至抱而持人者脾氣来至陰門滑澤者腎氣来至慇懃咋人者骨氣来至足拘人者筋氣来至撫弄玉莖者血氣来至持弄男乳者肉氣来至久与交接弄其實以感其意九氣皆至有不至者則容傷故不至可行其數以治之 今検諸本無一氣

九法第十二

素イ
玄女經云黄帝曰所説九法未聞其法願為陳之以開
其意藏之石室行其法式

玄女曰九法第一曰龍翻令女正偃卧向上男伏其上
股隠干床女擧其陰以受玉茎刾其穀實又攻其上疎
緩動揺八淺二深死往生返勢壮且強女則煩悦其樂
如倡致自閉固百病銷亡

第二曰虎歩令女俯俛尻仰首伏男跪其後抱其腹乃
内玉茎刾其中極務令深密進退相薄行五八之數其

度自得女陰開張精液外溢畢而休息百病不發男益盛

第三曰猿搏令女偃臥男擔其股膝還過胸尻背俱舉乃內玉莖刺其臭鼠女煩動搖精液如雨男深案之極壯且怒女快乃止百病自愈

第四曰蟬附令女伏臥直伸其軀男伏其後深內玉莖小舉其尻以扣其赤珠行六九之數女煩精流陰裏動急外為開舒女快乃止七傷自除

第五曰龜騰令女正臥屈其兩膝男乃推之其足至乳深內玉莖刺嬰女深淺以度令中其實女則感悅軀自

搖擧精液流溢乃深極内女快乃止行之勿失精力百倍

第六曰鳳翔令女正臥自擧其脚男跪其股間兩手授席深内玉莖刺其昆石堅熱内牽令女動作行三八之數尻急相薄女陰開舒自吐精液女快乃止百病銷

第七曰兔吮毫男正反臥直伸脚女跨其上膝在外邊女背頭向足據席俛頭乃内玉莖刺其琴絃女快精液流出如泉欣喜和樂動其神形女快乃止百病不生

第八曰魚接鱗男正偃臥女跨其上兩股向前安徐内之微入便止纔授勿深如兒含乳使女獨搖務令遲久

女快男退治諸結聚

第九曰鸛交頸男正箕坐女跨其股手抱男頸内玉莖刾麦齒務中其實男抱女尻助其搖舉女自感快精液流溢女快乃止七傷自愈

世法第十三

洞玄子云考覈交接之勢更不出於卅法其間有屈伸俯仰出入淺深大〻是同小〻有異可謂括囊都盡採摭無遺余遂像其勢而録其名假其形而建其号知音君子窮其志之妙矣

一敍綢繆(チウビウ)

二申繾綣(ケンケン) 不離散也

三曝鰓(サイ)魚

四騏驎角 已上四勢之外遊戲勢皆是一等也

五蠶纏綿 女仰臥兩手向上抱男頸以兩脚交於男背上男以兩手抱女項跪女股間即内玉莖

六龍宛轉 女仰臥屈兩脚男跪女股内以左手推女兩脚向前令過於乳右手把玉莖内玉門中

七魚比目 男女俱臥女以一脚置男上面相向嗚口咂舌男展兩脚以手擔女上脚進玉莖

八鷰同心 令女仰臥展其足男騎女伏肚上以兩手抱女頸女兩手抱男胷以玉莖内於丹穴中

九翡翠交 令女仰臥拳足男胡跪開著脚坐女股中以兩手抱女腰進玉莖於琴絃中

十鴛鴦合　令女側臥捲兩脚安男股上男於女背後騎女下脚之上豎一膝置女上股内玉莖

十一空翻蝶　男仰臥展兩足女坐男上正面兩脚據床乃以手助為力進陽鋒於玉門之中

十二背飛鳧　男仰臥展兩足女背面坐於男上女足據床低頭抱男玉莖内於丹穴中

十三偃蓋松　令女交脚向上男以兩手抱女腰女兩手抱男項内玉莖於玉門中

十四臨壇竹　男女俱相向立嗚口相抱于丹穴以陽鋒深投于丹穴没至陽臺中

十五鸞雙舞　男女一仰一覆仰者拳脚覆者騎上兩陰相向男箕坐著玉物攻擊上下

十六鳳將雛　婦人肥大用一小男共交接大俊也

十七海鷗翔　男臨床邊擎女脚以令舉男以玉莖入于子宮之中

十八野馬躍　令女仰臥男擎女兩脚登左右肩上深内玉莖於玉門之中

十九驥騁足　令女仰卧男蹲左手捧女項右手擎女脚即以玉茎内入于子宮中

廿馬搖蹄　令女仰卧男擎女一脚置於肩上一脚自攀之深内玉茎入於丹穴中大興哉

廿一白虎騰　令人伏面跪膝男跪女後兩手抱女腰内玉茎於子宮中

廿二玄蟬附　令女伏卧而展足男居股内屈其足兩手抱女項從後内玉茎入玉門中

廿三山羊對樹　男箕坐令女背面坐男上女自低頭視内玉茎男急抱女腰磣勒也

廿四鵾鷄臨場　男胡蹲床上坐令一小女當抱玉茎内女玉門一女於後牽女裙衿令其足快大興哉

廿五丹穴鳳遊　令女仰卧以兩手自举其脚男跪女後以兩手據床以内玉茎於丹穴甚俊

廿六玄溟鵬翥　令女仰卧男取女兩脚置左右膊上以手向下抱女腰以内玉茎

廿七吟猿抱樹　男箕坐女騎男髀上以兩手抱男〻以一手扶女尻内玉茎一手據床

廿八貓鼠同穴　男仰卧以展足女伏男上深内玉莖又男伏女背上以將玉莖攻擊干玉門中

廿九三春驢　女兩手兩脚俱據床男立其後以兩手抱女腰即内玉莖於玉門中甚大俊也

卅秋狗　男女相背以兩手兩脚俱據床兩尻相柱男即低頭以一手推玉物内玉門之中

九狀第十四

洞玄子云凡玉莖或左擊右擊若猛將之破陣其狀一也或緣上蓦下若野馬之跳澗其狀二也或出或沒若波之群鷗其狀三也或深築淺挑若鴉臼之雀啄其狀四也或深衝淺刺若大石之投海其狀五也或緩聳遲推若凍蛇之入窟其狀六也或疾縱急刺若驚鼠之透穴其狀七也或擡頭拘足若鶻鷹之揄枝兔其狀八也

或𢫫上頓下若大杭之遇狂風其状九也

六勢第十五

洞玄子云凡交接或下捺玉莖往來鋸其玉理其勢若割蚌而取明珠其状一也或下𢫫玉理上衝金溝其勢若割石而尋美玉其勢二也或以陽鋒衝築瑧臺其勢若鐵杵之投藥臼其勢三也或以玉莖出入攻擊左右辟雍其勢若五鎚之鍛鐵其勢四也或以陽鋒來往磨耕神田幽谷之間其勢若農夫之墾秋壤其勢五也或以玄圃天庭兩相磨搏其勢若兩崩巖之相欽其勢六也

八益第十六

玉房秘決云素女曰陰陽有七損八益一益曰固精令女側臥張股男側臥其中行二九數〻卒止令男固精又治女子漏血日再行十五日愈二益曰安氣令女正臥高枕伸張兩䏶男跪其股間刺之行三九數〻畢止令人氣和又治女門寒日三行廿日愈

三益曰利藏令女人側臥屈其兩股男横臥却刺之行四九數〻畢止令人氣和又治女門寒日四行廿日愈

四益曰強骨令女人側臥屈左膝伸其右䏶男伏刺之

行五九數々畢止令人開節調和又治女閉血日五行十日愈

五益日調脉令女側卧屈其右膝申其左䏶男據地刺之行六九數々畢止令人脉通利又治女門辟日六行廿日愈

六益日畜血男正偏卧令女戴尻跪其上極内之令女行七九數々畢止令人力強又治女子月經不利日七行十日愈

七益日益液令女人正伏舉後男上往行八九數々畢止令人骨填

八益曰道體令女正臥屈其股足迫尻下男以股脇刺之以行九々數々畢止令人骨實又治女陰臭日九行九日愈

七損第十七

玉房秘決云素女曰一損謂絶氣々々者心意不欲而强用之則汗泄氣少令心熱目冥々治之法令女正臥男擔其兩股深案之令女自搖女精出止男勿得快日九行十日愈

二損謂溢精々々者心意貪愛陰陽未和而用之

精中道溢又醉而交接喘息氣乱則傷肺令人欬逆上氣消渇喜怒或悲慘〻口乾身熱而難久立治之法令女人正臥屈其兩膝侠男〻淺刺内玉茎寸半令女子自搖女精出止男勿得快日九行十日愈

三損謂奪脉〻〻者陰不堅而強用之中道強寫精氣竭及飽食訖交接傷脾令人食不化陰痿无精治之法令女人正臥以脚鉤男子尻男則據席内之令女自搖女精出止男勿快日九行十日愈

四損謂氣泄〻〻者勞倦汗出未乾而交接令人腹熱脣

煖治之法令男子正申臥女跨其上向足女據席淺內
莖令女自搖精出止男子勿快日九行十日愈
五損謂機〻關〻厥〻傷〻者適新大小便身體未定
而強用之則傷肝及卒暴交會遲疾不理不理勞疲筋
骨令人目䀮〻癰疽並發衆脉槁絕久生偏枯陰痿不
起治之法令男子正臥女跨其股踞前向徐〻案內之
勿令女人自搖女精出男勿快日九行十日愈
六損謂百閉〻〻者淫佚於女自用不節數交失度竭其
精氣用力強瀉精盡不出百病並生消渴目冥〻治之

法令男正臥女跨其上前伏據席令女内玉莖自搖精出止男勿快日九行十日愈
七損謂血竭〻〻者力作疾行勞因汗出因以交合倶已之時偃臥推深沒本暴急劇病因發連施不止血枯氣竭令人皮虛膚急莖痛囊濕精變爲血治之法令女正臥高抗其尻申張兩股男跪其間深刺令女自搖精出止男勿快日九行之十日愈

還精第十八

玉房秘決云釆女問曰交接以寫精爲樂今閉而不寫

将何以爲樂乎彭祖荅曰夫精出則身體怠倦耳苦嘈
々目苦欲眠喉咽乾枯骨節解墮雖復蹔快終於不樂
也若乃動不寫氣力有餘身體能便耳目聰明雖自抑
静意愛更重恒若不足何以不樂耶
又云黄帝曰願聞動而不施其效何如素女曰一動不
寫則氣力強再動不寫耳目聰明三動不寫衆病消亡
四動不寫五神咸安五動不寫血脉充長六動不寫腰
背堅強七動不寫尻股益力八動不寫身體生光九動
不寫壽命未失十動不寫通於神明

玉房指要云能一日數十交而不失精者諸病皆愈年壽日益又數〻易女則益多一夕易十人以上尤佳

又云仙經曰還精補腦之道交接精大動欲出者急以左手中央兩指卻抑陰囊後大孔前壯事抑之長吐氣并啄齒數十過勿閉氣也便施其精〻亦不得出但從玉莖復還上入腦中也此法仙人呂相授皆飲血爲盟不得妄傳身受其殃

又云若欲御女取益而精大動者疾仰頭張目左右上下視縮下部閉氣精自止勿妄傳人能一月再施一歲廿

四施精皆得壽一二百歲有顏色無病疾
千金方云昔貞觀初有一野老可七十餘詣余曰近數
十日來陽道益盛思與家婆晝夜春事皆成未知垂老
有此為益為惡耶余答之曰是大不祥也子獨不聞膏
火乎夫膏火之將竭也必先闇而後明明止即滅也今
足下年迫桑榆久當閉精茲忽春情猛發豈非返常耶
竊為足下憂之子其勉歟後四旬發病而卒此其不慎之
効也所以善攝生者凡覺陽道盛必謹而抑之不可縱
心竭意以自賊也若一度制得不洩則是一度大增油

若不能制得縱情施寫則是膏火將滅更去其油不可不深以自防也

施寫第十九

玉房秘決云黃帝問素女曰道要不欲失精宜愛液者也即欲求子何可得寫素女曰人有強弱年有老壯各隨其氣力不欲強快〻〻即有所損故男年十五盛者可一日再施瘦者可一日一施年廿盛者日再施羸者可一日一施年卅盛者可一日一施劣者二日一施卌盛者三日一施虚者四日一施五十盛者可五日一施虚者可十日一施

六十歲者十日一施虚者廿日一施七十歲者可卅日一施虚者不寫
又云年廿常二日一施卅三日一施卅四日一施五十五日一施年過六十以去勿復施寫
養生要集云道人劉京云春天三日壹施精夏及秋當一月再施精冬當閉精勿施夫天道冬藏其陽人能法之故得長生冬一施當春百
千金方云素女法人年廿者四日一洩年卅者八日一洩年卌者十六日一洩年五十者廿一日一洩年六十

者即畢閉精勿復更泄也若體力猶壯者一月一洩凡
人氣力自相有強盛過人者亦不可抑忍久而不洩致
癰疽若年過六十而有數旬不得交接意中平〻者可
閉精勿洩也

洞玄子云凡欲洩精之時必須候女快与精一時同洩
男須淺拔遊於琴絃麦齒之間陽鋒深淺如孩兒含乳
即閉目内想舌拄下腭踢脊引頭張鼻歙肩閉口吸氣
精便自上節限多少莫不由人十分之中只得洩二三矣

治傷第廿

玉房秘決云沖和子曰夫極情逞欲必有損傷之病斯

乃交驗之著明者也既以斯

病亦以斯愈解酲以酒足為喩也

又云采女曰男之盛衰何以為候彭祖曰傷盛得氣則

本經傷字作陞之可斟酌康頼自筆本之処傷字之

玉莖當熱陽精濃而凝也其衰有五一曰精泄而出則

氣傷也二曰精清而少此肉傷也三曰精變而臭此筋

傷也四曰精出不射此骨傷也五曰陰衰不起此體傷

也凡此衆傷皆由不徐交接而卒暴施寫之所致也治

之法但御而不施不過百日氣力必致百倍

開

又云交接開目相見形體夜燃火視畵書即病目瞑清

旨治之法夜閉目而灸愈
灸橾取歒人著腹上者從下擧腰應之則苦腰痛少腹
裏急兩脚物背曲治之法覆體正身徐戲愈
灸橾側斯旁向歒手擧歒尻痛腸痛治之法正卧徐戲
愈灸橾伍頭逆頸則痛頭重項強治之法以頭置歒人
頷上不伍之愈
灸橾侵飽謂夜半飯氣未消而以戲即病創胷氣滿脇
下如拔胷中若裂不欲飲食心下結塞時嘔吐青黄胃
氣實結脈若衄吐血若脅下堅痛面生惡創治之法過

夜半向晨交愈
交接侵酒謂醉而交接戲用力深極即病黄疸黒癉脇
下痛有氣接〻動手下髀裏若囊盛水撇臍上引肩膊
甚者胷背痛欬唾血上氣治之法勿復乗酒熱向晨交
接戲徐緩體愈
當溺不溺以交接則病淋少腹氣急小便難莖中疼痛
常欲手撮持須臾乃欲出治之法先小便還臥自定半
飯(飲)久頃乃徐交接愈
當大便不大便而交接即病痔大便難至清移日月下

膿盈孔旁生創如蜂窠狀清上傾倚便不時出疼痛臃腫臥不得息以道治之法用鷄鳴際先起更衣還臥自定徐相戲弄完體緩意令滑澤而退病愈神良并愈婦病
交接過度汗如珠子屈申轉側風生被裏精虛氣竭風邪入體則病緩弱為跛蹇手不上頭治之法愛養精神服地黃煎
又云巫子都曰令人目明之道臨動欲施時仰頭閉氣大呼嗔目左右視縮腹還精氣令入百脉中也
令耳不聾之法臨欲施寫大咽氣合齒閉氣令耳中蕭

〻聲復縮腹合氣流布至堅至老不聾

謂五藏消食療百病之道臨施張腹以意內氣縮後精

散而還歸百脉也九淺一深至琴絃麦齒之間正氣還

耶（邪ト）氣散去令人腰背不痛之法當壁申腰勿甚低仰平

腰背所却行常令流欲補虛養體治病欲寫勿寫還流

流中〻〻通熱。

又云夫陰陽之道精液爲珍即能愛之性令（命イ）可保凡施

寫之後當取女氣以自補復建九者內息九也厭一者

以左手煞陰下還精復液也取氣者九淺一深也以口

當歙口氣吟以口吸微引二无咽之致氣以意下也至腹所以助隂爲隂力如此三反復浅之九浅一深九〻八十一陽數滿矣玉莖豎出之쬶内之此爲쬶入旋出隂陽之和在於琴絃麦齒之間陽困昆石之下隂困麦齒之間浅則得氣遠則氣散一至穀實傷肝見風淚出溺有餘瀝至臭鼠傷腸肺欬逆腰背痛至昆石傷脾腹滿腥臭時〻下利兩股疼百病生於昆石故傷交接合時不欲及遠也

黄帝曰犯此禁療方奈何子都曰當以女復療之也其

法令女正偃卧令兩股相去九寸男往從之先飲玉漿久〻乃弄鴻泉乃徐内玉莖以手節之則裁至琴絃麦齒之間敵人淫躍心煩常自堅持勿施寫之度卅息令堅強乃徐内之令至昆石當極洪大〻則出之正息劣弱復内之常令弱入強出不過十日堅如鐵熱如火百戰不殆也

求子第廿一

千金方云夫婚姻生育者人倫之本王化之基聖人設教備論厥旨後生莫能精曉臨事之日昏尒若愚今具

述求子之法以貽後飼（嗣）同志之士或可覧焉

又云夫欲求子者先知夫妻本命五行相生及与徳合并本命不在子休廢死墓中生者則求子必得若其本命五行相尅及与刑殺衝破并在子休廢死墓中生者則求子不可得慎無措意縱後得者於後方欲示人若其相生并遇福徳者仍者須依法如方避乎禁忌則所誕兒子盡善盡美難以具陳矣

又云夫欲令兒子吉良者交會之日當避景丁日及弦望朔晦大風大雨大霧大寒大暑雷電霹靂天地昏冥

日月無光虹霓地動日月薄蝕此時受胎非只百倍損於父母生子或瘖瘂聾聵頑愚癲狂攣跛盲眇多病短壽不孝不仁又避火光星辰之下神廟佛寺之中井竈清廁之側塚墓屍柩之傍皆悉不可

又云夫交會如法則有福德大聖善人降託胎中仍令父母性行調順所作合應家道日隆祥瑞竟集若不如法則有薄福愚癡惡人來託胎中令父母性行凶險所作不成家道日否咎徵屢至雖生成長國滅身亡夫禍福之徵有如影響此乃必然之理何不思之

又云以夜半後生氣時寫精有子皆男必壽而賢明高爵也今案大清經云從夜半日中爲生氣從日中至夜半爲死氣

又云王相日貴宿日尤吉其日有本書

產經云黃帝曰人之始生本在於胎合陰陽也夫合陰陽之時必避九殃々々者日中之子生則歐逆一也夜半之子天地閉塞不瘖則聾盲二也日蝕之子體戚毀傷三也雷電之子天怒興威必易服狂四也月蝕之子与母俱凶五也虹蜺之子若作不祥六也冬夏日至之子生害父母七也弦望之子必爲乱兵風盲八也醉飽之子必

為病癲疽痔有瘡九也
天云有五觀子生不祥月水未清一觀也父母有瘡二觀也喪服未除有子三觀也溫病未愈有子身親喪四觀也任身而憂恐重復驚惶五觀也

玉房秘決云合陰陽有七忌

第一之忌晦朔弦望以合陰陽損氣以是生子〻必刑殘宜深慎之

第二之忌雷風天地感動以合陰陽血脈踴以是生子〻必癰腫

第三之忌新飲酒飽食穀氣未行以合陰陽腹中彭亨小便白濁以是生子子必顛狂

第四之忌新小便精氣竭以合陰陽經脉得澀以是生子必妖孽

第五之忌勞倦重擔志氣未安以合陰陽筋腰苦痛以是生子必夭殘

第六之忌新沐浴髮膚未燥以合陰陽令人短氣以是生子子必不全

第七忌兵堅盛怒莖脉痛當令不合內傷有病如此爲七傷

又云人生瘖聾者是臘日暮之子臘暮百鬼聚會終夜不息君子齋戒小人私合陰陽其子必瘖聾

人生傷死者名曰大子火燃燭未滅而合陰陽有子必傷死市人中イ

人生顛狂是雷電之子四月五月大雨霹靂君子齋戒小人私合陰陽有子必顛狂

人生為虎狼所食者重服之子孝子戴麻不食肉君子羸頓小人私合陰陽有子必為虎狼所合

人生溺死者父母過藏胞於銅器中覆以銅器埋於陰

垣下入地七尺名曰童子裹溺死水中

又云大風之子多病雷電之子狂顛大醉之子必癡狂

勞倦之子必夭傷月經之子兵亡黄昏之子多變人定

之子不瘖則聾日入之子口舌不祥日中之子顛病晡時

之子自毀傷

又云素女曰求子法自有常體清心遠慮安定其衿袍

垂虛齋戒以婦人月經後三日夜半之後雞鳴之前嬉

戲令女感（感成本）動乃往從之適其道理同其快樂却身施寫（下精欲得去玉門入半寸不爾過子宮　千翼）

勿過遠至麦齒遠則過子門不入子戶若依道術有有

子賢良而老壽也

又云欵祖曰求子之法當蓄養精氣勿數施捨以婦人月事斷絕潔淨三五日而交有子則男聰明才智老壽高貴生女清賢配貴人

又云常向晨之際以御陰陽利身便軀精光益張生子富長命

又云素女曰夫人合陰陽當避禁忌常乘生氣無不老壽若夫婦俱老雖生化有子皆不壽也

又云男女滿百歳生子不壽八十男可御十五十八

女則生子不犯禁忌皆壽老女子五十得少夫亦有子
又云婦人懷子未滿三月以戊子取男子冠纓燒之以
取灰以酒盡服之生子富貴明達秘々之々
又云婦人無子令婦人左手持小豆二七枚右手扶男
子陰頭內女陰中左手內豆著口中女自男陰同入聞
男陰精下女仍當咽豆有効万全不失一也
洞玄子云凡欲求子候女之月經斷後則交接之一日三
日爲男四日五日爲女五日以後徒損精力終無益也
交接洩精之時候女快來須与一時同瀉々必須盡先

令女正面仰卧端心一意閉目内想受精氣故老子曰
夜半得子為上壽夜半前得子為中壽夜半後得子下壽
又云凡女子懐孕之後須行善事勿視悪色勿聴悪語
省婬慾勿呪咀勿罵詈勿驚恐勿勞倦勿妄語勿憂愁
勿食生冷醋滑熱食勿乗車馬勿登高勿臨深勿下坂
勿急行（汗イ）勿服餌勿針灸皆須端心正念常聴經書遂令
男女如是聰明智恵忠真貞良所謂教胎者也

好女第廿二

玉房秘決云沖和子曰婉（エミ）嫕（エン）淑慎婦人之性美矣夫能

濃纖得宜脩短合度非徒取悦心目抑乃尤益壽延年

又云欲御女須取少年未生乳多肌肉絲髮小眼々精白黒分明者面體濡滑言語音聲和調而下者其四支百節之骨皆欲令沒肉多而骨不大者其陰及腋下不欲令有毛々々當令細滑也

大清經云黄帝曰入相女人云何謂其事素女曰入相女人天性婉嫕氣聲濡行絲髮黒弱肌細骨不長不短不大不少鑿孔居高陰上無毛多精液者年五々以上卅以還未在産者交接之時精液流溢身躰動搖不能

自宜汗流四逋隨人擧止男子者雖不行法得此人由（通宋本）
不爲損
又云細骨弱肌肉淖膓澤清白薄膚指節細浸耳目准
高鮮白不短不遼厚脞豎孔欲高而周密䏶滿其上无
毛身滑如綿陰淖（倬）如膏以此行道終夜不勞便利丈夫
生子貴豪
又云凡相貴人尊女之法欲得滑肉弱骨專心和性髮
澤如漆面目悅美陰上無毛言語聲細孔穴向前与之
交會終日不勞務求此女可以養性延年矣

要女第廿三

玉房秘決云若悪女之相蓬頭䵳面槌項結喉麦歯雄聲大口高鼻目精渾濁口及頷有高毛似鬚髪者骨節高大黄髪少肉陰毛大而且強人多逆生与之交會皆賊損人

又云女子肌膚麁不御　身躰癯瘦不御　常從高就下不御　男聲氣高不御　股脛生毛不御　嫉妬不御　陰冷不御　不快善不御　食過飽不御　年過卌不御　心腹不調不御　逆毛不御　身躰常冷不御　骨強堅不御　捲髪結喉不御

腋偏臭不御　生淫水不御

大清經云相女之法當詳察其陰及腋下毛當令順而濡澤而又上蓬髀脛有毛麁不滑澤者此皆傷男雖一合而當百也

又云女子陰男形隨月死生陰雄之類害男尤處其髮髖面癯瘦固病無氣如此之人無益於男也

禁忌第廿四

玉房秘決云冲和子曰易云天垂象見吉凶聖人象之礼云雷將發聲生子不備必有凶災聖人作誡不可

不深慎者也若夫天變見於上地灾作於下人居其間安得不畏而敬之陰陽之合尤是敬畏之大忌者也

又云彭祖云消息之情不可不去又當避大寒大熱大風大雨日月蝕地動雷電此天忌也醉飽喜怒憂悲恐懼此人忌也山川神祇社稷井竈之處此地忌也既避三忌犯此忌者既致疾病子必短壽

又云凡服藥虛劣及諸病未平復合陰陽並損人

又云月殺不可以合陰陽凶又云建破執定日及血忌日不可合陰陽損人

天云歘祖云所以使人不壽者未必鬼神所為也
或以粉内陰中或以象牙為男莖而用之皆賊年命早
老速死
蝦蟇圖經云黄帝問於岐伯曰男女所俱得病者何也
岐伯對曰以其不推月之盛毀　之闇明不知其禁而
合陰陽是故男女俱得病也
月生四日不可合陰陽蕟癰疽月生六日不可合陰陽
蕟癰疽月生九日不可合陰陽月生十五日不可合陰陽
女子中風病大禁月毀卅日不可合陰陽禁

華他針灸經云冬至夏至歲旦此三日前三後二皆不灸刺及房室殺人大禁

養生要集云房中禁忌日月晦朔上下弦望六丁六丙日破日月廿八日月蝕大風甚雨地動雷電霹靂大寒大暑春秋冬夏節變之日送迎五日之中不行陰陽本命行年禁之重者夏至後丙午丁巳（今案玉房秘決云作丙午丁未黄帝問素女經作丙子丁丑）冬至後庚申辛酉及新沐頭新遠行疲勸大喜怒皆不可合陰陽至丈夫衰忌之年不可忌施精

天云安平崔寔子真四民月令日五月是日仲夏是月也

至之日陰陽爭血氣散先後日至各五日寢別內外月令

曰是上聲也十一月仲冬是月也至之日也陰陽爭血氣散先後至日各五日寢別內外

又云交接尤禁醉飽大忌也損人髮也損人百倍醉而交接或致惡瘡或致上氣欲小便而忍之以交接使人得淋或小便難莖中澁小腹強大喜怒之後不可以交接發癰疽

又云卜先生云婦人月事未盡而與交接既病女人生子或面上有赤色凝如手者或令在身體又男子得白

駿病　又云已醉勿房　已房勿醉　已飽勿房　已房勿飽　已勞勿房　已房勿勞　已饑勿房　已房勿饑

洞玄子云男年倍女損女女年倍男損男

又云素女論曰五月十六日天地牝牡日不可行房犯之不出三年必死何以知之但取新布一尺此夕懸東墻上至明日視之必有血切忌之

又云交接所向時日吉利益損（イ光）順時効此大吉

春首向東　夏首向南　秋首向西　冬首向北

陽日益隻日是　陰日損雙日是　陽時益子時已後午前是　陰時損午時已後子前是

春甲乙　夏丙丁　秋庚辛　冬壬癸

千金方云四月十月不得入房陰陽純用事之月

又云日初入後勿入房

又云新勞須沐浴熱後合御不沐浴不可御也

又云凡熱病新差及大病之未滿百日氣力未平復而以房室者略無不死熱病房室名為陰陽之病皆難治多死近者有士大夫小得傷寒差以十餘日能乘馬行来自謂平復以房室即以小腹急痛手足拘拳而死治之方取女褌衣附毛處燒服方寸匕日三女人病可取男褌如此法今案葛氏方云得童女褌益良

又方取所与交婦人衣覆男子上一食久

斷鬼交第廿五

玉房秘決云采女云何以有鬼交之病彭祖曰由於陰陽不交情欲深重即鬼魅假像与之交通与之交通之道其有自勝於人久交則迷惑諱而隱之不肯告以爲佳故至獨死而莫之知也若得此病治之法但令女与男交而男勿寫精晝夜勿息用者不過七日必愈若身體疲勞不能獨御者但深按勿動亦善也不治之致人不過數年也欲驗其事實以春秋之際入於深山大澤

間無所云為但遠望想思唯含交會陰陽三月三夜後則體翕然寒熱心煩目眩男見女子女見男子但行交接之事美勝於人然必病人而難治怨曠之氣為邪所凌後世必當有此者若處女貴人苦不當交与男交以治之者當以石流黃數兩燒以熏婦人陰下身體并服鹿角末方寸匕即愈矣

當見鬼涕泣而去一方服鹿角方寸匕日三以差為度

今檢治鬼交之法多在於諸方具載婦人之篇

用藥石第廿六

千金方云采女曰交接之事既聞之矣敢問服食藥物何者亦得而有効彭祖曰使人丁強不老房室不勞損氣力顔色不衰者莫過麋角也

其法取麋角刮之爲末十兩輙用八角生附子一枚合之服方寸匕日三大良亦可熬麋角令微黄單服之亦令人不衰老遲緩不及内附子者服之廿日大覺亦可内隴西頭伏苓分等擣篩服方寸匕日三令人長生房内不衰 今案玉房秘决同之

又云治痿而不起〻而不大〻而不長〻而不熱〻而

不堅〻而不久〻而無精〻薄而冷方

縱容　鍾乳　虵床　遠志　續斷　署預　鹿茸

右七味各三兩酒服方寸匕日二欲多房倍虵床欲堅倍遠志欲大倍鹿茸欲多精倍鍾乳今案延齡圖云等分廿九日三服

玉房秘決云治男子陰委不起〻而不強就事如無情此陽氣少腎源微也方用

縱容　五味各二分　虵床子　菟絲子　枳實各四分

右五物擣篩酒服方寸匕日二蜀郡府君年七十以上復有子又方雄蛾未連者干之三分細辛虵床子三分

擣篩雀卵和如梧子臨交接服一枚若強不止以水洗之

玉房指要云治男子欲令健作房室一夜十餘不息方

蛇床　遠志　續斷　縦容

右四物分等為散日三服方寸匕曹公服之一夜行七

十女

洞玄子云禿鷄散治男子五勞七傷陰痿不起為事不

能蜀郡大守呂敬大年七十服藥得生三男長服之夫人

患多玉門中疼不能坐臥即藥弃庭中雄鷄食之即起

上雌鷄其背連日不下喙其頭冠冠禿世呼為禿鷄散

亦名禿鷄丸方

宗縦容三分　五味子三分　菟絲子三分　遠志三分

蛇床子四分

凡五物擣篩為散每日空腹酒下方寸匕日再三無敵不可服六十日可御卌婦又以白蜜和丸如梧子服五丸日再以知為度今案千金方有八味蛇床子三分菟絲子二分縦容三分遠志二分五味二分防風二分巴戟天二分杜仲一分

又云鹿角散治男子五勞七傷陰痿不起卒就婦人臨事不成中道痿死精自引出小便餘瀝腰背疼冷方

麞栢子人　菟絲子　地床子　車前子　遠志　五味子　從容各四分

右擣篩爲散每食後服五分匕日三不知更加方寸匕

范汪方云開心署預腎氣丸治丈夫五勞七傷髓極不耐寒眠即臚脹心滿雷鳴不欲飲食雖食心下停淡不能消春夏手煩熱秋冬兩脚凌冷虛多忘腎氣不行陰陽不萎絶如老人服之健中補髓填虛養志開心安藏上淚明目寬胃益陰陽除風去冷無所不治方

宍縱容一兩　山茱萸一兩 或方无　干地黄六分　遠志六分

蛇床子五分　五味子六分　防風六分　伏苓六分

牛膝六分　菟糸子六分　杜仲六分　署預六分

凡十二物擣下篩蜜丸如梧子服廿丸日二夜一若煩心即停減之只服十丸服藥五日玉莖熾熱十夜通體滑澤十五夜顏色澤常手足熱廿夜雄力欲盛廿五夜經脉充滿卅夜熱氣朗徹面色如花手文如絲盈心開記事不忘去愁止忘獨寢不寒止尿和陰年卌以下一劑即足五十以上兩劑滿七十亦有子無所禁忌但忌大辛酢

完蓯蓉丸治男子五勞七傷陰陽痿不起積有十年癢

澁小便淋瀝溺時赤時黄服此藥養性益氣力令人健
合陰陽陰痿不起起而不堅堅而不怒怒而不洩(決)入便
自死此藥補精益氣力令人好顏色服白方
完蓯蓉　菟絲子　蛇床子　五味子　遠志　續斷　杜仲各四分
右七物擣篩蜜和爲丸丸如梧子平旦服五丸日再
長服東向面不知藥異至七丸服之卅日知五十日
陰陽大起陰弱加蛇床子不(怒)加遠志少精加五味子
欲令洪大加蓯蓉腰痛加杜仲欲長加續斷斯加者
倍之年八十老公服之如卅時數用有驗無婦人不

可脹禁如常法

遠志丸治男子七傷隂痿不起方

續斷四兩　署預二兩　遠志二兩　蛇床子二兩

完縱容三兩

凡五物下篩和雀卵丸如豆旦服五丸日二百日長

一寸二百日三寸

録驗方云益多散女子呂妾再拜上書皇帝陛下呂妾

頓首ゝゝ死罪ゝゝ愚闇上善不忌君妾夫華浮年八十房

内衰從所知得方方用

生地黄（洗薄切一升以清酒漬令浃々乃干擣為屑十分）　桂心一尺（准二分）　甘草五分（炙）

朮二分　干漆五分

凡五物擣末下篩治合後食以酒服方寸匕日三

華浮合此藥未及服々

没故浮有奴字益多年七十五病腰屈髮白横行傴

僂妾憐之以藥与益多服廿日腰申白髮更黒顔色

滑澤狀若廿時妾有婢字番息謹善二人益多以為

妻生男女四人益多出飲酒醉歸趣取謹善々在妾

傍臥益多追得謹善與交通妾覺偷聞多々氣力壮動

又嚴異於他男子妾年五十房内更開而解怠不識人不能自絶斷女情為生二人益多与妾畜息等三人合陰陽無極時妾識恥与奴通即歛益多祈腥視中有黄髄更飛滿是以知此方有験陛下御用膏髄隨而滿君宜良方呂妾死罪稽首再拝以聞

極要方去瘵丈夫欲健房室百倍勝常多精益氣起陰陽得勢而大方

虵床子三分　菟糸子二分　巴戟天皮二分　肉縦容二分

遠志一分志　五味子一分　防風一分

已上為散酒服半錢許廿日益精氣

葛氏方治男隂萎女隂閉無復人道方

完縱容　虵床子　遠志　續断　菟糸子各一兩

擣未酒服方寸匕日三

又云若平常自強就接便弱方

虵床子　菟糸子　未酒服方寸匕日三

耆婆方云治隂委方

蜀椒　昌蒲　菟糸子各一分合下篩以方寸匕服日三堅強如鐵杵

又方早旦空腹温酒内好蘇飲之

又方單末虵床子酒服之
蘇敬本草注云隨委暑預日干搗篩為粉食之
新羅法師流觀秘密要術方云大唐國滄州景城縣法
林寺法師惠忠傳曰法藏驗記曰如来為利衆儲此方
衆生不覺不顧是以无周知龍樹馬鳴難說佛敎之曰
覺悟此藥即傳沙門〻〻悋不傳回无有世間利王〻西
天竺國之時東婆基臺人名阿蘇高尺有二寸乘風飛来
獻十二大顧三秀秘蜜要術方王龍共視儲旨藥師如来
敎喻儲也王好時治術乃得驗歷數之外更兼廣運封

十六大國御百万妃々各爲芳錫悦一適勝莫兩心竒巍々
平徳蕩々平仁千金莫傳新羅法師秘密方云八月中
旬取露蜂房量平物迫一宿々後取内生絹袋懸竿陰
干十旬限後爲妙藥夫望覆合時割取錢六枚許内清
埴瓮煎過黒灰成白灰即半分内温酒呑半分内温酒
呑半分内手以唾遅(和)塗摩自本迄末塗了俄乾々了覆
合任心朕累四旬漸睽(肥イ)驗終十旬調體了迄終身无損
有益福復(徳)万倍氣力亡倍所求皆得死病長命盛夏招
冷隆冬追温防邪氣不遭殃所謂増益之積摩縱廣々各

百八十銖強如鐵鎚長大三寸屎自成香縮之器男女
神静心歡耳聰目明口鼻氣香若求強者內温酒常吞
求長者塗末求大者塗周脈中禁忌（大寒大悦大驚大怒大扱汗奔洪流苑蒿五辛葷冷生菜酔酒）
今案既有強陰之方又可儲萎頓之術
葛氏方云欲令陰萎弱方
取水銀鹿茸巴豆雜（新）搗末和調以真鹿脂和傅莖及囊
帛苞之若脂強以小麻油雜煎之不異閹人（今案單末水銀塗之）
又方灸三陰交穴使陽道衰弱（今案此穴在內踝上八寸）
蘇敬本草注云鹿脂不可近丈夫陰

陶景本草注云菱實被霜相之後食之令隱不旋

玉莖小第廿七

玉房指要云治男子令隱長大方

栢子人五分　白斂四分　白朮七分　桂心三分　附子一分

右五物為散食後服方寸匕日再十日廿日長大

玉房秘決云欲令男子隱大方

蜀椒　細辛　肉縱容　凡三味分等治下篩以内

狗膽中懸所居屋上卅日以磨隱長一寸

洞玄子云長隱方

内緃容三分 海藻二分 右擣篩爲末以和正月白犬
肝汁塗陰上三度平旦新汲水洗却即長三寸極驗

玉門大第廿八

玉房指要云令女玉門小方
硫黄四分 遠志二分 爲散絹嚢盛著玉門中即急又
方硫黄二分蒲華二分爲散三指撮著一升湯中洗玉
門廿日如未嫁之僮

洞玄子云療婦人陰寛冷急小交接而快方
石硫黄二分 青木香二分 山茱萸二分 蛇床子二分

右四味楊蒻為末臨交接内玉門中少許不得過多

恐最孔合

又方取石留黄末三指撮内一升湯中以洗陰急如十

二三女

録驗方云令婦人陰急小熱方

青木香二分　山茱萸四分

凡二物爲散和唾如小豆内玉門中神驗

少女痛第廿九

集驗方云治童女始交接陽道違理及爲他物所傷血流

不上方

燒亂髮并青布末爲粉〻之立愈

又方以麻油塗之

又方取釜底墨斷葫磨以塗之

千金方云治小戶嫁痛方

烏賊魚骨二枚燒爲屑酒服方寸匕日三

又方牛膝五兩以酒三升煮再沸去滓分三服

玉房秘決云治婦人初交傷痛積日不歇方

甘草二分　芍藥二分　生薑三分　桂十分

水三升煮三沸一服

長婦傷第卅

玉房秘決云女人傷於夫陰陽過患陰腫疼痛方

桑根白皮切半升　干薑一兩　桂心一兩　棗廿枚

以酒一斗煮三沸服一升勿令汗出當風忽可用水煮

集驗方云治女子傷於丈夫四體沉重虛吸頭痛方

生地黃八兩　芍藥五兩　香豉一升　葱白切一升

生薑四兩　甘草二兩炙

各切以水七升煮取三升分三服不差重作

千金方云治合陰陽輙痛不可忍方

黄連六分　牛膝四分　甘草四分

右三味水四升煮取二升洗之日四

劉涓子方云女人交接輙血出方

桂心二分　伏龍肝三分　二味酒服方寸匕日三

醫心方卷第廿八

醫心方卷第廿八札記

二頁上二行 鼓、、蓋誤加 翢殿王 翢䎶之異構 七行 道玄 玄恐者之草體

下九行 字孝 字恐誤衍 巡將 將訛將 三頁下三行 深抗 抗抗之異構

九行 乃者 者恐著 四頁上八行 以恚 恚即恙字 下四行 千稱 抱朴子稱作種

五行 玄不 抱朴子玄作亦 六行 於在 抱朴子作在於 七行 用一兩者

適 抱朴子作而用之一兩人六字 五頁上三行 矩悟 矩下恐脫陽字 下四行 鋒起

鋒恐蜂 五行 之知術 千金作能行二字 七行 然此方之術也 千金術作

作此下尚有數語相接此篇錄者係誤引 六頁上八行 精液上鴻泉 案鴻泉未詳蓋与玉

泉玉漿同謂口中液也 肥膚 肥即肌 下八行 徼候 徼訛徼 䐈起 䐈恐

睃睃起蓋謂睃睃貪起也　九行窮寵窮即窮字　作男身作恐迮之古字蓋謂迫迮男身

也　七頁上九行使使使字蓋誤重　下六行悄恚恚恐恚　八行不爲

爲下恐睃男字　八頁上三行涚与涚訛涚　八行佷佷訛佷　下一行捌

撥東西案捌撥之假捌撥東西謂撥東撥西也廣韻捩即計切琵琶撥也　三行踈蹇蹇即

蹇　七行兩口相嗚案嗚即歍之俗又作嗚見下卅法篇中眞本玉篇云說文曰歍二口相就

也今亦爲嗚字在口部可以嵗非笑嗚及嗚呼字也　八行相吮吮訛吮　九行逼俞未詳

嗚東嚏西案嚏即建字集韻嚏或从婁作嘍史記司馬相如傳嘍喋菁藻正義嘍喋鳥食之聲

也文選上林賦注引通俗文水鳥食謂之嚏一切經玄應音義八引埤蒼聲類嘍鴨食也又八引字書嘍喋也

書亦作歃所洽反謂以口徽吸之也而李君遺巻嚏亦多作嚏与此無別毛詩邶風終風篇願言則建叙文建

本又作嗹又作嚏鄭作嚏可以嶶自古嗹嚏相混也此所云嗎東嗹西者蓋二口相謰謂之嗎其間有聲嗹嗛然者謂之嗹也

九頁上五行熱至熱訛熱　九行侵浸即寖以之段　下一行死歸死歸即死歸　六行所足足恐呂古以字　十頁下一行男熱男字恐衍

二行施縱施即施字　玉戶玉訛王　開翕翕下恐脫或虛二字　四行前劫却訛劫　九行磣勒玉篇磣初甚切食有沙非此義紫磣勒之急呼為東謂抱東也後文云磣勒高擡可併考

十一頁上一行既或或即惑之古字　七行縱柱橫桃柱訛桂桃訛桃

下三行持宜特訛持　五行衜其口衜衜之訛衜即衜之異構　十三頁上八行伸云此句有訛

下六行男注注恐絟　十四頁上九行注今檢諸本無一氣紫此蓋自訛所謂一氣指肝氣

十五頁上一行閉張開訛閉　下四行乃上止訛

上百病病訛病　五行蘢吭毫吭訛吭　十六頁上七行夭ヽ大訛夭

掊囊業掊恐掊蓋掊或作掊再訛為掊也　掠掖掖訛掖　下四行遊戲戲戲之異

搆　五行男頓頓恐頸　七行嗚口嗚欶同說文欶口相就也　十七頁上五行相

抱千丹穴千丹穴三字恐衍　八行海鷗鵜翔訛鵜　擘女脚擘訛擘說

文擘別也　九行右右當是左右訛　下三行白帚騰騰訛騰　六行帚女

帚恐韋之訛字　七行據床據訛據　十八頁上三行世秋猶世下恐脫三字　六行

若波若下恐有脫字　七行淺桃桃訛桃　鴨曰業鴨恐瓷之假　八行疾縱

縱恐縱　九行技菴技訛技　下三行其樊樊訛樊下同　七行磨耕耕恐

研　廿頁上ヽ五行者ヽ字宜重　九行末和未訛末　廿一頁上四行不理

不理不理二字誤重　七行女精出據前後文出下恐脫止字　廿三頁上六行用精

千金作閉精息欲四字　下五行可得不訛可　八行卅盛者三日一施

卌訛卅　廿五頁下三行物背拘訛物　四行側斯斯恐卽　廿六頁上三行撤

臍上撤恐徹　下三行完體完寛之壞字　廿七頁上一行合氣令訛合

八行當所所恐取　九行煞陰下案煞恐摋集韻摋推也義同　下一行引二

引二卽引〻　三行竪出竪訛竪　六行腸肺腸字恐衍　廿八頁上一行王漿

玊訛王　四行供大洪訛供　下一行後嗣嗣訛嗣　三行在子子恐于下

文同　伏痿休訛伏千金作休　四行形斂刑訛形　五行方歆亦人千金

作終亦累人　六行仍者千金無者字　八行景丁千金景作丙　廿九頁上二行

聾聵　聵聵訛　𡑆跂　外臺跂作跛　下二行注　夜半日中　半下恐脫至字

七行　必易脹狂　脹恐衍此蓋所言狂易也　廿三頁上三行　身親喪　三字恐衍　下三行　氣竭　竭竭訛　九行　兵堅盛怒　四字蓋謂陰起大也　如此為七傷

據文義此上恐有脫　廿一頁上一行　目暮　月目訛　八行　所合　食合訛　下一行　童子裏　裏恐裹　四行　不暗　暗瘖之正字　九行　有有　一有字衍　廿二頁上三行　聽明　聰聽訛　下五行　同入　說見廿四卷　廿三頁上七行　遂令男女如是　蓋聰明智惠屬男忠貞貞良屬女惠慧同謂遂令所生之男女之子如是也　九行　婉嫕

嫕恐嬺之訛字　下六行　入相　人訛入下同　八行　孔□高　孔下蟲食巨辨據後文改　墨痕或是欲字　廿四頁上三行　⿰目曼澤　⿰目曼曼之俗辭非揚賢蕭曼麗皓齒呂覽本生蕭靡曼皓齒

七行滑内肉訛内　下一行要女惡訛要　卅五頁下五行枯穗祛授訛
卅六頁上四行蝦蟇蟇訛蟇　五行盛毀毀下空缺據蝦蟇經蓋即日字　九行大
禁蝦蟇經禁下有非小二字　陽禁蝦蟇經禁下有大字　下七行裏忌忌恐忘
八行不可忌忌恐妄　九行是日二字恐衍　卅七頁上六行並中盡盡即
瀋字　下八行注臭日臰訛臭　卅八頁上四行大病之千金之下有後字　五行
陰陽之病千金陽下有易字　卅九頁上一行唯含含恐念　四行當交交字
恐衍　八行戴婦人之篇載訛戴　下五行可爇爇訛爇　卌頁上九行
雄蛾雄訛雄下同　下七行呂敬大呂恐呂　九行其背案其猶之也古其之
通用　卌一頁上一行禿鷄九丸訛九　二行宗縱容完訛宗　五行白蘞

蠶訛蚕下一行麡麁角二字訛合爲一七行上瀼上訛上卅二頁上五行緜
盃緜盃恐緜而之訛六行不忌忘訛忌下二行不洪洪訛洪三行眠
白肥訛眠六行長疏東向面業長疏巨讀或是長跣卅三頁上七行呂晏
臣訛呂下一行注一卄卅訛卄卅四頁下二行隱膶膶字未詳或曰閒字俗從肉存
叅卅五頁上六行怖不傳業怖即惡字說文惡懟也九行好時治術時与斯茲
等字通下五行內溫酒吞半分六字恐衍九行康和名抄引楊氏漢語抄云
康敝前云麻良一卅六頁上二行注汗奔洪流夲恐弃下五行十日此下
恐有脫字八行稍膳膳訛膳卅七頁上一行內縱容內訛内五行王門
玉訛王下同八行急小図卅一卷引延齡図急上有合字下二行最乳合古一卷最

作攝

卌八頁上四行

釜底黑　廿一卷引集驗方同案黑恐墨

斷葫　外臺引集驗葫下有蘆字

醫心方卷第廿九

從五位下行鍼博士兼丹波介丹波宿祢康頼撰

治誤吞石方第五十二

調食第一

黄帝養身経云食不飢之先衣不寒之前其半日不食者則腸胃虚穀氣衰一日不食者則腸胃虚勞穀氣少二日不食者則腸胃虚弱精氣不足曯三日不食者則腸胃虚燥心悸氣索耳鳴四日不食者則腸胃虚燥津液竭六府枯五日不食者則腸胃大虚三焦燋五藏枯六日不食者則腸胃虚變内外交乱意魂㽵七日不食者則腸胃大虚竭穀神去胖乎定然而命終矣

陳延之小品方云食飲養小至長甚難遅迮致變甚即
豈可不慎
養生要集云潁川陳紀方云百病橫生年命橫夭多由飲
々食々之患過於聲々色々可絕之俞年飲食不可廢々
一日當時可益然交為患亦切義物非一滋味百品或氣
勢相伐觸其禁忌成瘀毒緩者積而成疾急者交患暴
至飲酒啖棗令人昏悶此其驗也
又云已勞勿食已食勿動已汗勿飲已汗勿食已怒勿食已
食勿怒已悲勿食已食勿悲

又云青牛道士言食不欲過飽故道士先飢而食也飲不欲過多故道士先渴而飲也食已畢起行數百步中益人多也暮食畢步行五里乃卧便無百病

又云青牛道士云食恒將熱宜人易消勝於習冷也

又云郗仲堪曰堅細物多𤎅涎若不能不啖當咕去滓不一消生積聚桼脆物無負囷常啖令人骨髓不充實

又云冥宍諸冷之物多損人斷之為善不能不食務節之

又云神仙畐日禁无大食百脉閉禁无大飲膀胱急禁无熱食傷五氣禁無寒食生病結禁无食生害膓胃禁无

酒醉傷生氣

孫思邈千金方云食欲少而數不欲頓多難消也常欲令如飽中飢〻中飢

又云當熟嚼食使米脂入腸勿使酒脂入腸

又云人食畢當行步躊躇有所修為〻快也

又云食畢當行〻畢使人以粉摩腸上數百過易銷大益人

又云食訖以手摩面令津液消調

又云廚膳勿脯肉豐盈恒令儉約飲食勿多〻食肉生百病

少食肉多食飯及葅菜每食不用重肉

甘

又云多食酸皮槁而毛夭多食苦則筋急而爪枯多食甘則骨痛而髮落多食辛則肉胝而脣褰多食鹹則脉凝而變化此以五味所傷也今案大素楊上善云多食鹹則脉凝泣而變色多食苦則皮槁而毛夭多食辛則筋急之而爪枯多食酸則肉胝肥而脣揭多食甘則骨痛而髮落

又云食上不得諸〻而食者常患胷背疼痛

又云食不得語每欲食先須送入腸也

又云食竟仰卧成氣痞作頭風

又云凡人常須日在巳前食訖則不須飲酒終身不乾嘔

又云日入後不用食鬼魁遊其上

又云夏契常飲食暖飲冬長食細米稠粥

抱朴子云五味入口不欲偏多故酸多則傷脾若多則傷肺辛多則傷肝醎多則傷心甘多則傷腎此五行自然之理也

又云不欲極飢而食〻不可過飽不欲極渴而飲〻不可過多

凡食過則結聚飲過則成淡澼也

馬琬食經云凡食欲得安神靜氣呼吸遅緩不用呑咽迅速咀嚼不精皆成百病

延壽赤書云九華安妃日臨食勿言配事（曲禮云臨食不歎良有以焉）

又云勿露食來衆耶也露食謂特造失覆之謂也

養生志云食冷勿令齒疼冷則傷腸食熱勿灼脣熱則傷骨

又云食熱食汗出盪風發頭痛鬚墮落令人目澁饒睡

又云凡飲食無故變色不可食殺人

又云諸食熱食訖枕毛卧久成頭風令人目澁

食經云凡飲食衣服亦欲適寒溫寒无淒滄暑无出汗食飲者熱毋灼灼寒无滄滄

又云凡飲食調和无本氣息者有毒飲食上有蜂螯蛸并蠮口

有倉蠅者有毒
膳夫経云凡臨食不用大喜大怒皆變成百病
七巻食経云非来哭訖即勿用食又成氣満病
服氣導引抄云凡食時恒向本命及王氣生氣
又云臨食勿道死事勿露食
朱思簡食経云経宿羹臛不可更煴食之害人
崔禹錫云人汗入食中者不可食發悪瘡其女人尤甚宜
早服鶏舌香飲即差

四時宜食第二

崔禹錫食經云春七十二日宜食酸鹹味　夏七十二日宜食甘苦味　秋七十二日宜食辛鹹味　冬七十二日宜食鹹酸味　四季十八日宜食辛苦甘味

右相生之味其能生長化成

千金方云春七十二日省酸增甘以養脾氣　夏七十二日省苦增辛以養肺氣　秋七十二日省辛增酸以養肝氣　冬七十二日省鹹增苦以養心氣　四季十八日省甘增鹹以養腎氣

四時食禁第三

崔禹錫食經云春七十二日禁辛味黍鷄桃葱是也夏七十二日禁鹹味大豆豬栗藿是也秋七十二日禁酸味麻子李韮是也冬七十二日禁苦味麦羊杏薤是也四季十八日土王禁酸鹹味麻大豆豬犬李栗藿是也

右食禁可慎犯賊之味其傷生氣故不成主也

膳夫經云春勿食肝須増鹹苦禁食脾肺及辛甘

夏勿食心須増酸甘得食肝脾禁食腎肺及苦辛

秋勿食肺須増甘鹹得食脾腎禁食肝心及苦酸

冬勿食腎須増辛酸禁食心脾及甘苦

四季勿食脾須増苦辛得食心肺禁肝腎酸鹹
養生要集云高本王熙外和日夏至迄秋分節食肥膩
餅臛之属此物与酒水瓜菓相妨當時不必皆病入秋節
變陽消陰息氣接至輙多諸暴卒病癘由於此涉夏取
冷太過飲食不節故也而或人以病至之日便謂是受病之
始不知其由来者漸也
又云南陽張衡平子云冬至陽氣歸内腹中熱物入胃易
消化夏至陰氣潜内腹中冷物入胃難消化距四時不欲食
迎節之物所謂不時傷性損年也

月食禁第四

本草食禁云正月一切宍不食者吉

養生要集云正月勿食鼠殘食立作鼠瘻發出於頸項或毒入腹脬下血不止或口中生瘡如月蝕如豆許

又云不食生蓼發宿病

又云二月行久遠行途中勿飲隂地流泉水寒發瘧久喜作噎損脬令人咳嗽少氣不能息

本草食禁云二月寅日食不吉

又云二月九日食魚鼈傷人壽

養生要集云三月勿食陳韲一夏必遭熱病發悪瘡得黄疸口中饒唾蘿者蘘菁蕪之屬

崔禹錫食経云三月芹子不可食有龍子食之殺人

又云三月三日食鳥獸及一切菓菜五辛傷人

枕中方云三月一日勿食一切肉及五辛

養生要集云四月不食大蒜傷人五内

又云四月八日勿食百草菜完

食経云四月建巳勿食雉完

養生要集云五月勿食不成菓及桃李發癰癘不余夜

寒热作黄疸下為泄利

又云五月五日食諸菜至月盡令爲陽令人短氣

又云五月五日猪肝不可合食鯉魚子〻不化成瘕

又云五月五日不可食芥菜及雉肉

崔禹云五月不可食韮傷人目精

又云五月五日莫食一切菜發百病

食經云五月五日勿食青黄花菜及韮皆不利人成病

本草食禁云不食麞鹿及一切宍

養生要集云六月勿飲澤中停水喜食鼈肉成鼈瘕

又云不得食自落地五菓経宿者蚍蜉螻蛄蜣蜋遊上喜

為瘺

雀鳥云勿食鷹鷲傷人精氣

又云五六月芹菜不可食其茎孔中有虫之令人迷悶

養生要集云七月勿食生蜜令人暴下発霍乱

又云不食生麦變為蟯虫

朱思簡食経云七月不得食落地菓子及生麦

養生要集云八月勿食猪肺及胎脈至冬定発咳启

飲隠地水定作瘕病

本草食禁云不食葫令人喘
又云不食薑傷神
孟詵食經云四月以後及八月已前鶉宍不可食之
千金方云八月勿食雉肉損人神氣
養生要集云九月勿食被霜草向冬發寒熱及温病
食欲吐或心中停水不得消或為胃反病
又云不食薑令人魂病
又云勿食猪宍
本草食禁云九月不食被霜菰及一切宍大吉

養生要集云十月勿食被霜生菜面无光澤令目澁慈
痛腰疼或致心瘧手足清
又云不食椒令人氣瘧
又云蝶螺蜯猪宍
千金方云十月十一月十二月勿食生䪥令人多涕唾
養生要集云十二月勿食𨒁宴晏宍晡宍動不精
韮作水病及頭眩不食蟬蜯著明之物
又云十二月不食狗鼠殘之物變成心痼及漏瘡小兒
食之咽中生白瘡死

又云正月二月木王勿食其肝食肝傷其魂々傷狂妄

四五月火王勿食心傷其神々傷多悲懼

七八月金王勿食其肺食肺傷魄々傷狂妄

十月十一月水王勿食其腎食腎傷其志々傷五蔵不安

三六九月十二月土王勿食其脾食脾傷其意々傷四支不随

日食禁第五

養生要集云凡六甲日勿食黒獣

又云壬午日勿食諸五蔵

本草食禁云甲子日勿食一切獸肉傷人神
又云月建日勿食雄鷄肉傷人神
又云十日勿食諸獸宍吉
又云午日勿食祭肉吉
枕中方云勿以六甲日食鱗甲之物

夜食禁第六

養生要集云凡人夜食傷飽夜飲大醉夏日醉飽流
汗未晞冷水洗漬持扇引風當(風)露卧目醉拼精或
和水和食不待銷釋以塊吞之是以飲食男女

最為百病之本焉
又云夜食恒不飽滿令人无病此是養性之要術
也
又云夜食夜醉皆生百病但解此慎之
又云夜食飽訖不用即臥眠不轉食不消令人成百
病
七卷食經云夜食飽滿不搆精令成百病
又云夜食不用啖生菜不利人
夜食啖諸獸脯令人口中臭氣

夜食不用諸獸肉令人口臭

夜食不須禽膊不利人

夜中勿飲新汲水被吞龍子生腸脹之病

夜食不用啖蒜及葷辛菜辛氣歸目不利人

夜食不用啖蘆菔根氣不散不利人

飽食禁第七

養性志云食過飽傷膀胱百脉閉不通

本草雜禁云飽食夜失覆為霍乱

千金方云養性之道不欲飲食便卧及終日久坐皆

損壽

養生要集云青牛道士云飽食不可疾走使人後日食入口則欲如廁

又云青牛道士云飽食而坐乃不以行步及有所作務不但无益而已乃使人得積聚不消之病及手足痹歷面目梨䵟損賊年壽也若不得常有所為又不能食畢行者但可止家中大小征迷如手博俳戲狀使身中小汗乃傅粉而止此延年之要也

又云飽食而飲水穀氣而散成癖病腰病

又云飽食即浸水兩脚臂脹成水病水病者四肢皆腫成水脹病也

又云傷飢卒飽食久々成心痂及食癖病

七巻食經云飽食極精傷人肝面目无澤成病傷肌

又云飽食即沐髮者作頭風病

神農食經云飽食訖多飲水及酒成痞癖醉當風

醉酒禁第八

養生要集云潁川韓元長曰酒者五穀之華味之至也

故能益人亦能損人節其分劑而飲之宣和百脉消

邪却冷也若升量轉久飲之失度體氣使弱精神

侵昏物之変驗无過於酒也宜慎无失節度

又云飽食醉酒々食未散以仍接精皆成百病一日令兒

癩々瘕々病

又云飽食夜醉皆生百病但能慎此養生之妙也

又云酒已醉勿强飽食之不幸則發癰

又云大醉不可安卧而止當令人數搖動反側之不尒成

病

又云酒醉不可當々風々使人發瘖不能言（一日不可向陽）（灸或）

又云飲酒醉灸頭殺人

又云酒醉變未解勿以冷水洗面發瘡輕者皻皰

又云酒醉眠黍穰上汗出眉鬚更落久還生此事難然不可信

又云大飲酒飽不可大呼嘆及大怒奔車走馬跳踉使人五藏顛倒或致斷絶煞人

又云夏日飲酒大醉流汗不得以水洗浴及持扇引風成病

又云醉不可露卧使人面發皰不幸生癩癩或

又云凡祭酒自動自竭並不可飲傷人

又云祭酒宍雰迴有氣勿飲之棄去江河中

又云餳薑多食飲酒醉殺人

又云蒜与食飽飲酒醉不起步死

又云飲酒醉合食蒜令人傷心至死

又云食麻子飲酒令人脹滿爲水病

又云食猪宍飲酒卧秋稲穰中見星者使人發黄

又云飲酒不得用合食諸獸腎令人腰病

又云飲酒不用飲乳汁令人氣結病也

又云飲酒不用食生胡菓令人心疾

又云茄蘆合多食飲酒殺人

飲水宜第九

養生要集云凡煮水飲之衆病無緣得生也

崔禹錫食經云春宜食漿水　夏宜食蜜水（今案大清經云作蜜漿法白粳米二斗淨淅汰五遍玉露竟以水一石白蜜五斗合米煮之作再沸止內甕器中成香美如乳汁味夏月作此飲之佳）秋宜食茗水（今案同食經云採茗黃葉蒸曝干雜米搗爲飲粥食之神良）冬宜食白飲是謂爲調水養性矣

飲水禁第十

養生要集云滑水漿不見影者不可飲〻之殺人

又云凡井水无何沸勿飲殺人

又云井水无故變急者不可飲之傷人

又云井水陰日涌者其月勿飲之令人得温病

又云夜勿飲新汲井水吞龍子殺人

又云鳥中出泉流水不可久居常飲作癭

又云山水其強寒飲之皆令人利温瘧癭之瘤腫

又云夏月勿飲山中陰下泉水得病

又云夏月不得飲田中聚水令人成癥瘕

又云凡立秋後不得飲水漿不利人

又云凡夏天用氷正可隱映飲食之令人得冷之病馬氏云釋之意也

又云凡氷不得打研著飲食中食之雖復當暫快久
皆必成病
又云凡奔行及馬走喘不得飲冷水之日上氣發氣
又云凡飲水勿急咽之久成氣及水瘕
又云凡取水元故自動者此水煮喫食者殺人
又云凡所飲水在於銅器中動作水聲者服藥吐出
之不吐者必成水瘕難差
又云凡人臨臥急覺勿即飲水更眠令人作水癖病
崔禹錫食經云人常飲河邊流泉沙水者必作瘻瘤

宜以犀角漬於流中因飲之辟瘧之惱之也
又云食諸生果膾及臛而勿飲生水即生白虫
又云食蛤蜊勿飲生水即生長虫
又云食羊臑而勿飲生水作蛔虫
又云食鯽鱠即勿飲水生蛔虫
本草食禁云若飲勢茗後飲水將冷令人心痛大慎之
又云食訖飯冷水成肺病
膳夫経云凡食不用以茗飲送之令人氣上喘逆
千金方云勿飲深陰地冷水必痎瘧

食經云食訖飲氷水成病

又云食諸餅即飲冷水令人得氣病

七卷經云凡遠行途中逢河水勿先（洗之）面生爲斷

合食禁第十一

博物志云雜食者百疾妖耶之所鍾焉所食逾少心逾開

年逾益所食彌多心逾塞年逾損焉

養生要集云高本王熙叔和曰食不欲雜〻則或有犯

者當時或無交患積久爲人作疾

又云飲食冷熱不可合食傷人氣

又云食熱膩物勿飲冷酢漿喜失聲嘶咽嘶者聲敗也咽者氣塞咽也

又云食熱訖勿以冷酢漿漱口令人口内齒臭

又云食甜粥訖勿食薑食少許即卒吐或為霍乱一云勿食塩

又云豎餡粥中食之殺人食経云此説大非但或文誤也

又云膳有胃味三日勿食生菜令人心痛餡餹属也

又云手秫米合猪肥食使人終年不化

又云小麦合菰食復飲酒令人消渇

又云小麦合菰米菜イ食腹中生虫

又云小麦不可合菰首傷人

又云蒜勿合飴餳食之傷人
又云食高麦合猪宍不過三日成攣風病
又云生葱合鶏雉䳺食之使人大竅終年流血殺人
又云葱薤不可合食白蜜傷人五藏
又云葱桂不可合食傷人
又云食生葱啖蜜變作腹痢氣壅如死
又云生葱不可合食鯉実成病
又云生葱食不得食𣏾病人
又云啖陳薤并食之殺人

又云葵菜不可合食備宍奪人氣成病

又云陳薤新薤并食之傷人

又云葵不可合食黍成病

又云五辛不合猪宍生魚食之致人

又云凡辛物不可合食使人心疼

又云諸判菜不可合食麞宍及蝦傷人

又云梨若葉合生薤食身體腫

又云芹菜合食生猪肝令人腹中終年雷鳴

又云戎葵合食鳥子令面失色

又云干薑勿合食莧菱霍乱
又云食甘草勿食無双蓼交令人痿其陽道
又云食蓼啖生魚令氣奪或令陰核疼至死
又云蓼葉合食生魚使人肌中生虫
又云芥菜不可共莵肉食成惡耶病
又云生菜不可合食蟹足傷人
又云栗合生魚食之令人膓脹
又云李實合雀肉食令大行漏血
又云烏梅不可合猪膏食之傷人

又云李實不可合蜜合食傷五内

又云棗食不得食生葱病人

又云杏子合生猪膏食之殺人

又云瓠首不可雜白蜜食之令腹中生虫

又云莧實合白莧食之腹中生虫

又云蝦不可合食麋宍及梅李生菜皆痼人病

又云諸螺蜊與芥合食之使人心痛三月一動

又云諸菓合諸螺蜊食令人心痛三日一發 一日令芥

又云諸菜合羹螺蜊蝸食之皆不利人

又云猪宍合魚食不利人一日入腹成壹

又云腊肝脾鯽魚合食令人發損消

又云腊肝不可合鯽魚子卵食之傷人

又云猪肝合鯉子及芥菜食之傷人

又云凡諸肝合小豆食之傷人心目不明

又云凡食生宍合飲乳汁腹中生虫

又云生鹿宍合食蝦汁使人心痛

又云麋鹿宍不可雜蝦及諸刺生菜食之腹中生虫不

出三年死

又云鹿宍合食鯷臭之殺人 鮎一名鯷

又云凡銅器盛賭宍汁遥宿津入宍中仍以羹作食害

人粥亦殺人

又云白蜜合白黍食之傷五内令不流

又云白蜜合食棗傷人五内

又云白蜜不可合葱韮食之傷人五藏

又云食蜜并噉生葱及作腹痢

又云食甜酪勿食大酢變爲血尿

又云乳酪不可合食臭膾腸中生虫

又云乳汁不可合飲生宍生腸中虫

又云乳汁不可合食生魚及成瘕

又云乳酪不可雜水漿食之令人吐下

又云諸鳥宍及卵和合食傷人

神農食経云生魚合蒜食之奪人氣

千金方云白苣不可共酪食必作蟲

又云竹笋不可共蜜食之作内痔

孟詵食経云竹笋不可共鯽魚食之使笋不消成癥

病不能行步

又云枇杷子不可合食炙宍熱麺令人發黄

又云蘆不可与麺同食之令人内

又云鶉宍不可共猪宍食之

崔禹錫食經云食大豆屑後噉猪宍損人氣

又云胡麻不可合食薤蒜令疾血脉

又云蘭蒿草勿合鹿肪食令人陰痿

又云鷹勿合生海鼠食令腸中冷陰不起

又云李實不可合牛蘇食之生螜子

又云葵不可合蕨菜食生蛔虫君覺合食者取鬼

花煮汁飲一二升即消去（鬼花者八月九月梨花耳採以為非常之備也）

馬琬食經云猪宍合葵菜食之奪人氣

食經云鹿鴾并煮食之殺人

朱思簡食經云鰤魚合鹿肉生食之筋急嗔怒

養生要集云凡飲食相和失味者雖云充槇不如不

犯膳有鯉白不宜以奠羹送之失味

有膳奠膾不宜食鷄鴾宍羹送之失味

芥子醬合奠膾食之失味

炙宍汁著醬清食之有滕氣失味

擣蒜虀不宜着韭食之苦失味

青州棗合白蜜食之失味戟人咽喉

酢漿粥和酪食之失味

酸棗食飲酒之失味

食乳糜以魚鮓送之失味

膳有魚膾不宜以葱韭送之失味

膳有乳糜不宜以魚肉送之失味

蒜醬合芥子醬食之失味

大豆合小豆食之失味

蓏子合蕪荑食之失味

大豆合小麦食之失味

小芥合蘘荷食之失味

蕓薹合大芥食之失味

韮薤合食之失味

大芥合水𩟗食之失味

藜合小芥食之失味

脂有糯食酥及酥葅食之失味

諸菓禁第十二

養生要集云凡諸菓非時未成核不可食令人生癰或發黄疸

又云凡諸菓物生兩甲皆有毒不可食害人

又云凡桑桃杏李之輩君有兩核者食之傷人

又云凡諸菓停久食之發病

又云凡菓隨地三重食之煞人

食経云空腹勿食生菓喜令人膈上熱爲骨蒸作癰癤

又云諸菓和合食傷人

諸菜禁第十三

嵇康養生論云薫辛害目

養生要集云葱薤一才生不可食傷人心氣

又云苦瓠熟不以久風食之有毒煞人

馬琬云葵赤茎背黄食之煞人

食経云諸菜和合食

諸獸禁第十四

食経云凡諸獸有歧尾奇文異骨者不可食皆成病煞人

又云獸赤足食之殺人

又云凡見獸無創者勿食殺人

又云獸自病瘡死食之傷人

又云宍中有腥如朱不可食之

又云凡避飢空腸勿食宍傷人

又云生宍若熟宍有血者皆殺人

膳夫經云凡肉久疊合器中食之殺人

又云宍脯臭脂匿覆入秋不可食令人得病

養生要集云見自死畜口不閉食之傷人

又云凡見獸伏地食之煞人

又云祭宍自動不可食之

又云凡禽獸肝藏有光者不可食煞人

又云凡脯置於米瓮中不可食煞人

又云脯勿置黍瓮中食之閉氣傷人

又云凡猪羊牛鹿諸宍皆不可以穀木葉木爲剉炙食

之入腸裏生虫傷人

又云銅器蓋熱宍汗入食中之發惡瘡宍疽

又云凡生宍五藏等著草中自搖動及得酢醎不及色

随地不污与犬〻不食者皆有毒食之煞人
又云凡脯蔑宍汁在釜中掩覆若逕宿又在瓮器中
熱蓋氣不泄者皆煞人
又云脯炙之不動得水復動食之煞人
又云凡宍作脯不肯燥食之煞之
又云穢飯腇宍食之不利人成病
又云茅屋脯名漏脯藏脯密器中名鬱脯並不可食之
又云凡夫隋積日及連雨蟲宿生臭生宍臙等不食不
利人

千金方云勿食一切脳大不佳

諸鳥禁第十五

七卷食經云凡衆鳥皃自死口不閉翼不合者食之殺人

又云衆鳥死足不申者食之傷人

又云鳥獸燔死食之殺人

又云凡鳥有攄毛不可食 毛色不澤曰攄也

又云凡鳥獸身毛羽有成文字者食之殺

又云飛鳥投人者不可食必者口中喜有物若無拔毛

放之

又云烏有三足雞兩足有四距食殺人

膳夫經云烏死目不可合食殺人

又云諸卵有文如八字食殺人

又云凡烏卵有文食之殺人

虫魚禁第十六

食經云凡魚不問大小其身躰有赤黒點者甚不當咲傷人

又云凡勿食諸生魚目赤者生瘕

又云魚身白首黄食之傷人

又云凢魚有角不可食傷人

又云凢魚頭中鰓者不可食殺人

又云魚有目睫食之傷人

又云魚二目不同色食之傷人

又云魚死二目不合食之傷人

又云魚腹下有丹字食之傷人

又云魚鱗逆生食之殺人

又云魚腸无膽食之殺人

又云魚腹中有白如膏状者食之令人發癥

又云凡魚頭有正白色如連珠至脊上者食之殺人心

又云魚子未成者食之傷人正月魚懐子未成粒者是也

又云生魚宍投地塵塵土芥不著食之傷人

又云凡魚宍膾諸生冷多食損人斷之為佳而不能食務

食簡少為蒜食之若多食不消成瘕

又云食魚不得并厭骨食之不利人厭骨在鯷後大如桃 美

又云蝦无鬚煮腹下通黒食之殺人

又云蜚虫赤足者食之殺人

又云諸飛虫有三足者食之殺人

膳夫経云凡食魚頭不得并乙骨食之不利人今案礼記云魚去乙鄭玄云魚體中害人者也今東海鰫魚有骨在目旁状如篆乙食之哽人不可出也

又云魚腹中正白連珠在脣上食之破心煞人

治飲食過度方第十七

病源論云夫食過飽則脾不能磨消令氣急煩悶眠卧不安

醫門方云治貪食多不消心腹中堅痛方

塩一升　水三升煮令塩消分三服當吐食出便差

経心方凡所食不消方

取其餘麴燒作末服方寸匕便吐出
養生要集云凡人飲食過度方
可生嚼萊菔根咽之即消　又研汁服之
葛氏方治食過飽煩悶但欲臥而腹脹方
熬麵令微香擣服方寸匕得大麦生麵益佳無麵者
糵米可用之
新録方治食傷飽爲病胃脹心滿者方
十沸湯生水共三升飲之當吐食出
又方灸胃管七壯

治飲酒大醉方第十八

病源論云飲酒過多酒毒漬於腸胃流溢經絡使血脉充滿令人煩毒惛乱嘔吐無度乃至累日不醒往々有腹背穿穴者是酒勢毒氣所為故須摇動其身循（脩）散之

千金方云飲酒則速吐為佳

葛氏方云飲酒大醉不可卧而上當令數摇動轉側

又云勿𢿙扇當風席地及水洗飲水也又最忌交接

又云張華飲九酎輙令人摇動取醒不尒腸爛背穿

達膺

養生要集治大醉煩毒不可堪方

蕪菁菜并小米以水煮令熟去滓冷飲之則解此方最良

又方以粳米作粥取汁冷飲之良

又方赤小豆以水煮取汁一升冷飲之即解

又方生葛根搗絞取汁飲之

集驗方治人大醉欲死恐爛腸胃方

作温湯着大器中漬之冷則易（今案葛氏方云夏月用湯无若）

録驗方治飲酒大醉方

煮菰汁飲之家良人好輕其近易之

耆婆方治飲酒連日不解煩毒不可堪方

取水中生蝦蜆若螺蚌輩以菍豉合煮如常食法名

飲汁

又方食菰及大麦飡

又方食粟餐并粟粥

小品方云飲酒醉咗牙後謫血射出不能禁者方

取小釘燒令赤注血孔上一注即斷

陶景本草注云大醉煮田中螺食之又飲汁

蘇敬本草注云飲酒連日不解方食軟棗柿

崔禹錫食経云大醉方

煮鯰食之止醉亦治酒病

今案食経云解酒毒物

亀蹄子（醒酒）　寄居（醒酒）　蟹（醒酒）　田中蠃子（醒酒）　蠣（主酒熱）

丹黍（醒酒）　胡麻（致酒）　軟棗柿（解酒熱毒）　紫菜（主酒熱不解）　苦菜（醒酒）

水芹（致毒酒）　菰根（解酒消食）

治飲酒喉爛方第十九

葛氏方治連日飲酒喉咽爛舌上生瘡方

擣大麻子一升下末　黄蘗二兩　蜜丸含之

治飲酒大渇方第廿

葛氏方治飲酒後大渇方

栝樓三兩　麦門冬三兩去心　棗根白皮三兩切熬

水六升煑取三升分再服不止更作之

治飲酒下利方第廿一

葛氏方治酒後下利不止方

陟釐紙廿枚水煑之無者用黄連三兩　牡蠣四兩末之

麋脯一斤無者用鹿若無者　當帰　龍骨各四兩

合水一斗五升煑取八升分三四服不止更作之

又方寸單服龍骨末亦單可煑飲之

治飲酒腹滿方弟廿二

千金方云飲酒腹滿不消方

煑塩以小竹管灌大孔中

治酒病方弟廿三

病源論云酒者水穀之精也其氣慓悍而有大毒入於胃則脹氣逆滿於胸内熏(薫)於肝膽故令肝浮膽横而狂悖變怒失於常性故云惡酒也

千金方治惡酒健嗔方
空井中倒生草服之勿令知
又方取其牀上塵和酒飲之
蘇敬本草注惡酒病方
鷹矢白灰酒服方寸匕勿使飲人知之
治飲酒令不醉方第卅四
千金方飲酒不醉方
栢人　麻子人各三合一服乃進酒三倍
又方小豆花葉陰干百日末服之

又云飲酒令無酒氣方

干蕪菁根二七枚三乘蒸搗末兩錢飲酒後水服之

葛氏方欲飲酒便難々醉々則不損人方

葛花幷小豆花干末為散服三方寸匕

又方先食塩一合以飲酒倍能

又方進葛根飲汁々根飲々之

又方 胡麻餅散酒

枕中方老子曰人欲飲酒不醉大豆三枚先服之訖飲酒不醉也

靈奇方止醉方

七月七日取小豆花干之百日末之欲飲酒先取内冬十四枚与小豆花等内口中井花水服之則不醉

斷酒令不飲方第廿五

千金方斷酒方

白豬乳汁一升飲之永不用酒

又方刮馬汗和酒与飲終身不飲

又方自死蠐螬干擣末和酒与飲永代聞酒名嘔吐神驗

又方酒漬汗靴沓一宿旦空腹与服之不喜見酒柫

取佛躰上塵入酒服之永不欲飲酒　霊竒秘方

治飲食中毒方第廿六

病源論云人往〻因飲食忽然困悶少時致甚乃至死者名為飲食中毒故人假以毒物投食裏而殺人但其病頬內或懸癰肉物如釀來大漸〻大是也急治則差久不治毒入腹則死也

醫門方云凡煑藥以觧毒者雖救急不可熱飲之諸毒得熱更甚宜令冷飲之

小品方治諸食中毒者唯黄龍湯及屎汁無不治也飲馬尿汁亦良千金方同之

本草云飲食中毒煩滿方

煑苦參飲之令吐出

葛氏方云諸饌食直尒何容有毒皆是假以損之耳既不知何毒便應作甘草薺苨湯通治也漢質帝𢿱𩐋死即其事矣

經心方食毒方

白鹽一升以水三升煑消分三服

集験方食諸菰𩞄百味毒若急者方

單飲土漿

又方單服犀角末方寸匕

千金方治飲食中毒方

苦参三両　酒二升半煮取一升頓服取吐愈

養生要集治食諸餅𩞄百物中毒方

取貝歯一枚含之須臾吐所食物良

又方搗韮汁飲之良　葛氏方同之

治食噎不下方第廿七

病源論云食噎此由藏氣冷而不理津液澁少不能傳行飲食入則噎塞不通故謂之食噎胷内痛不得喘息食不下是也

葛氏方治食卒噎方

以針二七（三或本）遍刺水中東向飲其水良

又方銜鸕鷀喙即下

又方以羚羊角摩噎上

又方生薑五兩　橘皮三兩水六升煮取二升再服

僧深方治食噎不下方

傍人緩解衣帯勿合噎者知即下

又方水一坏以刀横書水已復縦畫飲即下

救急單驗方

取鵝尾雉尾深内喉中即通

杭中方治人噎欲死方

使人吹耳中女則男〻則女吹便出良

耆婆方治食噎方

取盤中酢三咽良

如意方治噎術

春杵頭糠置手巾角以拭齒立下 陶公云刮取糠含之

千金方治卒噎方

取飯留邊零飯一粒呑之

廣利方理卒食噎不下方

蜜一匙含細々嚥則下

醫門方療飲食噎不下或臨筵逃床胃鬲不理藏府氣所致方

半夏三兩洗　生薑五兩　橘皮三兩　桂心二兩

水七升煮取二升半分三服氣下差

治食諸菓中毒方第廿八

養生要集云凡治一切菓物食不消化方

甘草　貝齒　粉凡三物分等作末以水服良

又方以小兒乳汁二升服之良

又方含白蜜醬之立愈

治食諸菜中毒方第廿九

病源論云野菜芹荇之類多有毒虫水蛭附之人誤食之便中其毒亦能悶乱煩躁不安也

本草云食諸菜中毒方

以甘草貝齒粉三種末和水服小兒溺乳汁服一升亦佳

葛氏方治食諸菜中毒發狂煩悶吐下欲死方

煮豉汁飲一二升

又方煮葛根飲汁亦可生擣冐汁

又治食苦瓠中毒方

煮黍穰令濃飲其汁數升

養生要集云楊胡麻以水服二合陳秀氏方

治誤食菜蛭中方第卅

養生要集治食野菜誤食蛭〻在胃中及諸藏內食

人血令人清瘦欲死方

可飲新刺牛血一升許停一宿煩猪膏一升飲之輕便

從大孔出已用有驗所刺牛不殺但取血

崔禹錫食經云食菹菜誤吞水蛭方

服馬蓼汁是効

治食菌中毒方第卅一

病源論云菌是欝蒸濕氣變化所生故或有毒者人食

過(遇)此毒多致死甚急速其不死者由能令煩悶吐利良

久始醒也

葛氏方食山中朽樹所生菌遇毒者則煩乱欲死方

掘地作坎以水滿中攪之服一二升

又方濃煮天(或大)豆飲之

又云食楓菌甚笑又野芋毒並殺人治之与毒菌同之

録驗方云服諸吐利丸藥除之

治食諸魚中毒方第卅二

病源論云凡食諸魚有中毒者由魚在水内食毒蟲惡草

則有毒人食之不能消化令悶乱不安也

小品方治食魚中毒方

煑橘皮淳飲之佳 今案食經云治食鱠及生肉太多好肉者

又云治食魚鱠及生肉住胷膈中不化吐之不出便成癥方

厚朴二兩 大黃二兩 凡二物以酒二升煑得一升盡服之立消

葛氏方同之

千金方治食鱠不消方

燒魚灰水服方寸匕

又方燒魚鱗灰水服方寸匕

葛氏方食膾多過冬不消不治必成虫瘕方

擣馬鞭草絞飲汁一升又可服諸吐藥以吐之

又云治食魚中毒面腫煩乱方
濃煮橘皮去滓飲汁
集験方治食魚中毒方
煮蘆根取汁飲之
本草云食諸魚中毒方
煮橘皮及生蘆葦根汁朴消大黄汁焼末鮫魚皮並佳
崔禹錫食経食魚中毒方
犀角二両細切以水四升煮取二升極冷頓服
録験方食魚中毒方

煮甘草二兩飲之良

治食鱸肝中毒方第卅三

病源論云鱸魚此由肝有毒人食之中其毒者即面皮剥落雖尓不致[至]於死也

小品方云食魚中毒面腫煩乱及食鱸魚肝中毒欲死方

剉蘆根舂取汁多飲（三升 葛氏方）乃良并治鯸䱌毒（千金方同之）

治食鯸鮐魚中毒方第卅四

病源論云鯸鮐魚此肝及腹内子有大毒不可食食之往往致死

小品方云中鯸鮐魚毒方

燒鯖魚皮水服之無見皮據刀鑽取之一名鮫魚皮食

諸鮑魚中毒之用之千金方同之

玉葙方云水中大魚雞鯠骨傷人皆有毒治之方

燒獺毛皮骨以傅矢塗之佳

治食鯆魮魚中毒方第卅五

玉葙方治鯆魮魚及水中物所傷方

嚼栗塗之

又方蓼汁洗之

治食諸宍中毒方第卅六

病源論云凡可食之肉无毒有毒自死者多因氣所斃

其肉則有毒若食此毒肉便令人困悶吐利無度

葛氏方治食諸生宍中毒方

以水五升煑三升土五六沸下之食頃飲上清一升

錄驗方治食諸生宍中毒方

水六升煑大豆三升取汁二升服之

又方服土漿一二升

千金方治食生宍中毒方

掘地深三尺取下土三升以五升水煑土五六沸取上清

飲一升立愈

又方燒猪矢末服方寸匕

小品方治食六畜鳥獸中毒方

取其畜乾屎末水服佳

又云若自死六畜毒方

水服黄蘗末方寸匕

養生要集云食肥肉飲水發咽喉中妨悶以有物狀方

取生薑汁一合和豉粥食立愈

本草食禁云凡食煮炙肉大多腹中脹悶者還取煮

肉汁去脂與飲一升即消

治食鬱肉漏脯中毒方第卅七

病源論云生完就宍肉器裏密閉其氣不泄則爲鬱肉有毒也肉脯爲草屋雨漏所濕則有大毒食之三日乃成暴癥

本草云食諸肉馬肝漏脯中毒方

生韮汁服之燒末猪骨頭垢燒犬矢酒服之鼓汁亦佳

僧深方治鬱宍漏脯中毒方

蓮根搗以水和絞汁服之

葛氏方治食欝肉漏脯中毒方

煑猪肪一斤盡之（服）

又方多飲人乳汁

集驗方食漏脯毒方

擣生韮汁服之多少（葛氏方三升）一意冬月無韮擣根取汁（今案葛氏方云用韮善）

千金方治漏脯毒方

服大豆汁良

治食諸鳥獸肝中毒方第廿八

病源論云凡禽獸六畜自死者肝皆不可輕食往々有

毒傷人其痩死者彌甚被其毒者多洞利嘔吐而煩
悶不安是也
葛氏方食諸六畜鳥獸肝中毒方
　服頭垢一錢上
　又方水漬豉一取汁飲數升
又云食諸獸有中毒箭死其宍毒方
　以藍汁大豆汁解之
千金方治百獸肝毒方
　頓服豬脂一斤治陳宍毒

治食蟹中毒方第廿九

病源論云蟹食水〻莨〻有大毒故蟹亦有毒者中其毒則悶亂欲死若被霜已後遇毒不能爲害

本草云食蟹中毒方

擣生藕汁煑干蒜汁冬瓜汁並佳

葛氏方治食蟹及諸膳中毒方

濃煑香蘇去滓飲其汁一升

僧深方治食蟹中毒方

煑蘆蓬茸飲汁之

千金方治食蟹中毒方

冬苽汁服二升亦可食冬苽　葛氏方搗汁飲三升常

治食魚骨哽方第卅

葛氏方治諸魚骨哽方

燒魚骨服少〻

又方以魚骨插頭髮下

又方以大刀環摩喉二七過

又方燒魚網服之

又方鸕鷀羽燒末水服半錢上　今案集驗方用鸕如意方用骨

龍門方治食諸魚骨哽方

取紙方寸書作甲子二字以水服即下神驗

又方取一杯水著前張口向水即出

又方魚網覆頭立下

又方取獺骨含之立出

僧深方治骨哽方

水一杯以筆臨水上書作通達字飲之便下書皆羨之好（盡不著水或）

又方葵菹羨飲之即隨羨出有驗

録驗方治食諸魚骨哽方

取粘糖丸如鷄子黄大呑之不去更呑至數十枚得効
又方取薤白湯煮令半熟小嚼之以綿繋中央呑薤白
下喉牽出哽即随已出上方小品同之
集驗方咽哽方傳咒鸕〻鷀〻即下
小品方治鯁骨横喉中六七日不出方
鯉魚鱗皮合燒作屑以水服即出
膳玄子張食經治魚骨在腹中痛方
煮呉茱服一盞汁
又方在宍中不出方搗呉茱萸封上即爛出

孟詵食経云魚骨哽方

取萩去皮著鼻中少時差

治食宍骨哽方第卅一

葛氏方治食諸肉骨哽方

白雄鶏左右翮（バサ）大毛各一枚焼末水服一刀圭

又方焼鷹鷲狸虎頭諸食肉者服方寸匕

僧深方治食諸宍骨哽方

焼鷹屎下篩服方寸匕

新録方治宍在喉中不下方

脹臂潰一升

又方熬大豆三升半熟內酒二升煮三四沸服一升日二

又方酒服塩灰方寸匕

治草芥雜哽方第卅二

小品方治諸鯁方

豬膏如雞子大吞之不着復吞不過再三便去今案葛氏方治草芥諸哽

又方取薤白湯煮半熟小嚼之令柔以綿繫中央捉

繩畳即吞薤白下喉牽出鯁即隨出也

又方取虎骨燒作屑溫白飲服方寸匕良君無骨可用虎末

齒部佳

葛氏方治雜哽方

作竹篾刮令弱滑以綿纏内喉中至哽處引之哽當隨出 今案小品方云推退牽引

又方刮東壁土以酒和服

又方螻蛄矢燥末爲屑東流水服之即出

又方治飲食遇草芥諸物哽方

隨哽所近邊耳令人吹

又方好蜜匕抄稍咽之令下

又方解衣帯目窺下部即出

又方末瞿麦服方寸匕

又方以皂莢屑少〻吹内鼻中使得嚏哽出絶方

治誤呑竹木叉導方第卌三

葛氏方誤呑竹木叉導筆者方

呑螻蛄脳即出

又方但數多食白糖自消去

治誤呑鐶釵方第卌四

葛氏方治誤呑釵方

取韮曝令萎煑令熟勿切食之入束釵隨出
又方生麦菜若薤葥縷皆可食若是竹釵者但數
〻多食白糖自隨去
又云以銀釵竹替觔物擿咗因氣吸吞不出方
多食白糖漸〻至十斤當裹物自出
小品方治吞銀鐶及釵者方
取白糖二斤漸食盡即出
又方取水銀一兩分三服銀鐶便下去
又方以胡粉一兩和水銀一兩治調分再服水銀能消金銀

治誤吞金方第卅五

小品方治服金屑取死未絶者方

知覺是服金者可以一兩水銀寫其口中摇動令入喉

咽裏便微接死人如坐形令水銀下流金則消成泥

須臾從下部出也未出之須死人名蘇醒矣可二過

服之便活也

今案本草云水銀殺金銀銅鐵毒

本草云解食金毒方

服水銀數兩即出

又方鴨血及鷄子汁

又方水淋鷄矢汁並解

治誤吞針生鐵物方第卅六

葛氏方誤呑釘針箭鐵物等方

但多食肥羊肥牛肉諸肥自裹之出

小品方治誤咽針者方

取慈石末温白飲服方寸匕

僧深方治誤呑釘箭針鐵物方 今案本草云鐵毒用慈石解

治炭末飲之即与針俱出

治誤吞鈎方第卅七

葛氏方誤吞鈎〻繩若猶在手中者莫引之

但益以珠璫若薏苡子筆就貫著繩稍〻推令

至鈎處小〻引之則出 私臣方同之

又方但大戾頭四領女引之則出

又方取螻蛄擿去其身但吞其頭數枚 今案私臣方同之

治吞珠璫銅鐵方第卅八

葛氏方吞珠璫銅鐵方

燒弩銅令赤内水中飲其汁立出

千金方治呑珠璫銅鐵方

燒鴈毛二七枚末服之家所養鵝鳥羽亦可用

治誤呑錢方第卅九

葛氏方治誤呑錢方

搗炭服方寸匕即出

又方服蜜二升即出

小品方治呑錢留咽中者方

取白灰搗下篩温白飲服方寸匕即下去

又方艾蒿五兩細剉水五升煑取一升頓服便下

治食中呑髮方第五十

小品方治食中呑髮結喉不出方

取梳頭髮燒服一錢上　葛氏方同之

治誤呑石方第五十一

極要方云下石法

取肥猪脂成煎者一升細切葱白一大升和煮於微火上着葱白色黄以生布絞去滓安瓷器中密蓋且起空腹含咽之可三合許即止若一日服未得利明日更服取利爲度

又方取露蜂房碎一大升以水三大升煮取一大升汁分
温三服當於小便中下如沙粉若未盡明朝更服下石
法有此二方餘皆不還

慧日寺方云凡人服石小子欲下却者
以葵子三升水四升煮取三升飲之
又方葵子消石消石也芒等分兩末之以粥清汁和服方寸匕
日二十日藥下盡乃可食穀也
又方葵子消石各一升水三升煮取一升日三進之

醫心方卷第廿九

一校了

醫心方卷廿九

卅八

醫心方卷第廿九札記

一頁下九行　薗　薗薗訛　二頁上五行　食諸　卷中諸作宍骨二字　下三行　之先

之之訛　九行　胖子　胖胖訛　三頁上三行　頮川　延慶本作頮川　四行　俞年

延慶本俞作適　下六行　貞涸　未詳　四頁上三行　工中飢　延慶本飢作飽　六行

摩腸上　延慶本腸作腹　八行　撿約　撿即儉俗字　下四行注　多食饑則內

腤肥而脣揭　腤字揭字可疑　五行　不得諸　延慶本諸作語　九行　鬼魁　延慶

本魁作魋　五頁上一行　飲食　飲恐暖　六頁上三行　非来　仁和寺本非作悲

即勿　仁和寺本作勿即　七頁上二行　麻子　仁和寺本作麻犬　三行　李菲　仁和

寺本菲作韭　下二行　高本王濕外和　仁和寺本本作平升即外字　八頁上八

行寅日食仁和寺本食下有奥字　下九行不成巢仁和寺本成下有核字

九頁下三行雀禹雀訛雀　五行暴夏案暴夏蓋即暴下病源引養生方載文作暴下

八行胎胙胙字从肉与胙同此蓋假為腊猶醋亦作酢也　十頁下七行着用仁和寺本用作

甲　十一頁下八行特扇仁和寺本特作持　十二頁上五行髀眠仁和寺本作眠髀

下三行腸脹仁和寺本腸作腹　十三頁上七行大小泝述泝即流字　手

傅摶訛傅　下一行注水脹仁和寺本作大脹　五行當風仁和寺本風下有卧以自

成惡風六字　七行頰川仁和寺本頰作頬　十四頁上一行交驗交即効設字

下二行頁髮眉訛頁　三行奚距奚蓋即跳字兆訛作大也　九行雰廻案二字巨

解雰廻蓋即棼壞猶豬零亦作豬苓蘊香亦作菌香之例或曰雰廻之急呼為敷未知是否　勿飲之

欲下恐脫食字　十五頁上一行錫董仁和寺本錫作鍚　下三行令安仁和寺本作令

茶二字　八行見影仁和寺本影作影　十六頁上四行爲中仁和寺本爲下有太字

下三行日上氣仁和寺本日作曰　五行故曰仁和寺本曰作自　十七頁上

二行瘧瘤之吒瘧恐瘻吒恐詫　三行蛒穌茶蛒即落之段後世作酪酥　七行食

訖飯飯恐飲仁和寺本飯作飲訖飲三字　十八頁上二行嚬嗽訛嚬　下九行嗽陳

仁和寺本嗽上有恣字　十九頁上七行梨苦菜菜梨恐藜字苦即苦菜儀禮公食大夫禮鉶毛

羊苦士虞禮特牲饋食禮並鉶毛用苦可徵也　下二行勿食無仁和寺本無作蕪乘二字

七行腸脹仁和寺本腸作腹　廿頁上一行寒合食仁和寺本無合字　五行芟

實仁和寺本芟作芟　廿一頁下二行及成仁和寺本及作及　廿四頁下六行和合

僉仁和寺本僉下有陽人二字　廿五頁上二行晃歎仁和寺本晃作自死二字　下二行癸宍仁和寺本癸作粲　八行鞕容仁和寺本容作宍　廿六頁上八行夫悵仁和寺本夫作天　連兩仁和寺本兩作雨　不食仁和寺本不下有可字　下六行有攄仁和寺本攄作搷注同　七行之致仁和寺本致下有人字　八行必着仁和寺本者作者　廿七頁上二行不可合食仁和寺本作不合食之　下三行目睃仁和寺本睃作睃益睃之訛与睫映同　八行奠腸仁和寺本腸作腹　廿八頁上一行破致仁和寺本作破心致人　六行注鯉後鯉恐鯉訛　下二行注鰫奠仁和寺本鰫作鯦　廿九頁下七行上當仁和寺本上作止　卅頁下三行螺蚌茱蚌即蚌俗字　菾豉仁和寺本菾作恭菜菾即韶菾菜也別錄菾菜味甘苦大寒主時行壯熱解風熱毒陶注云即今以雞作鮓蒸

著時行熱病初得便攜飲汁皆除差宜參五行大麥飡業飡即飡俗字七行後誦仁和
寺本誦作涌卅二頁上二行寸單仁和寺本寸作可下三行林上仁和寺本林作
痳並痳之俗卅四頁上一行汗鞹沓仁和寺本汗作汚拂取以下十九字仁和寺
本無六行臍內物病源作癠內初卅五頁上一行疑曜仁和寺本曜作臞卅六
頁上二行横書縱畫仁和寺本書作畫並皆畫之訛下三行飯留千金作飯盃葉留恐
器六行逆沫仁和寺本逆作逌脱沫字業逆即逆古字卅七頁上二行不消化方
杜和寺本與下有取其餘類燒作茱服方寸匕便吐出良十五字三行甘草仁和寺本甘上有又
云二字七行論〻仁和寺本作論云九行本草〻仁和寺本〻作云卅八
頁上二行煩豬膏仁和寺本煩作暖卅九頁上一行淳飲淳即涼訛千金作停極冷三字

外臺引千金作停冷二字　冊四十頁下一行鰭奥千金作鮨奥　見皮千金作完皮

刀𧝓千金作刀裝　冊一頁上五行諸生仁和寺本生下有宍字　下七行以有

以恐似仁和寺本作如　冊三頁下二行水莨病源作水莨　五行煮千煮蘋汁

仁和寺本千下無蘐字　冊四頁下一行龍門方以下仁和寺本缺　冊五頁下二行取

菽菽恐菽　冊六頁上一行醬漬請訛漬　冊八頁上三行令人入訛人　冊九

頁上八行傍記而咬某咬即噢草體　五十頁上六行首慈白首恐看　八行末得

未訛末

醫心方卷第卅

従五位下行鍼博士兼丹波介丹波宿祢康頼撰

五穀部第一

胡麻　大豆　赤小豆　白角豆　大麦　穬麦

小麦　蕎麦　青粱米　黄粱米　白粱米　粟米

秫米　丹黍米　稷米　粳米　稻米　糯米

蘖米　飴糖　酒　酢酒　醬　塩

五菓部第二

橘　柑子　柚　乾棗　生棗　李

杏實　桃實　梅實　栗子　柿　梨子

柰　石榴　枇杷　獼猴桃　郁子　通草

山櫻桃　木蓮子　榛子　胡桃人　椎子　橡實

榧實　覆盆子　胡頽子　甘蔗　蒲陶　桑椹

署預　零餘子　薢　芋　烏芋　菰根

菰首　芰實　藕實　鷄頭實　千歳蘽汁

五宍部第三

牛乳　酪　蘇　鹿　猪　雉

雲雀　鶉　鴿　鵤　鷄　鷹

鴫　鯉　鮒　鰔　鯛　鱸

鯖　鰺　鮭　鱒　蠡魚　王餘魚

烏賊魚　海鼠　海月　海蛸　蝙蝠　蠣

海蛤　石決明　霊蠃子　辛螺子　甲蠃子　小蠃子

口廣大辛螺　石陰子　尨蹄子　寄居　擁劔

鰕　蟹　河貝子　田中蠃子

五菜部第四

竹筍　白瓜　冬瓜　越瓜　胡瓜　茄子　若蘇

蔡菜　龍葵　山葵　蘇葵　莧菜　羊蹄

蘠（ナツナ） 生薑（ハジカミ） 蕪菁（アヲナ） 董蘱（ソラシ）〔菘菜（タカナ） 蘆茯（オホネ）二〕 蘩蔞（ハクヘラ）〔芥菜（カラシ） 白苣（チサ）〕 蘭葶草（アララキ）〔葪菜（アザミ） 搖蓬菜（フキ）〕

胡荽（コニシ） 蒜（タチ） 蘘荷（メカ） 芹菜（セリ） 蘚菜（ナキ） 蕨菜（ホウヒ）

蘠蒿（ヲハキ） 蓴（ヌナハ） 蒟蒻（コニヤク） 牛蒡（キタキス） 骨蓬（カハホネ） 木菌（キノタケ）

楡皮（ニレ） 辛夷（ヤマアララキ コフシハシカミ） 昆布（ヒロメ） 海藻（ニキメ） 鹿角菜（ツノマタ） 石蒓（コモ）

紫苔（ムラサキノリ） 蕺（シフキ） 葱（キ） 薤（オホアラ） 韮（コアラ） 蒜（ヒル）

葫（オホヒル） 苔秫 蜀椒（フサハジカミ） 菊

五穀部第一

大素経云五穀為養五菓為助五畜為益五菜為埤（脾支反厚也増也助也）注云

五穀為養生之主也五菓助穀之資五畜益穀之資五（助也據也附也）

菜埤穀之資也五穀五畜五菓五菜用之充飢則謂之食
以其療病謂之藥此穀畜菓菜等廿物乃是五行五性之
味藏府血氣之本也充虛接氣莫大於茲奉性養生不
可斯須離也
胡麻本草云味甘平无毒主傷中虛羸補五内益氣力長
肌肉填髓腦堅筋骨金創止痛及傷寒溫瘧
大吐後虛熱羸困久服輕身不老明目耐飢延
年以作油微寒利大腸胞衣不落陶景注云八
穀之中唯此為良淳黒者名巨勝是為大勝又

苣方名巨勝苣名胡麻脹食家當九蒸九曝熬擣餌之斷穀長生蘇敬注云此麻以角作八稜者爲巨勝四稜者名胡麻都以爲良白者旁耳生嚼塗小兒頭瘡及浸淫惡瘡大効拾遺云油大寒主天行熱膓秘内結熱脹一合下利爲度食油損聲令體重薬沐頭長髮雀禹錫食經云煉餌之法當九蒸九曝令盡晌潤及皮脫其不熟者則令人髮落頭 和名如字 玉作頵若鈍若昆二反頭無髮也亦作顚禿兒反作顢

大豆本草云生大豆味甘平塗癰腫煮飲汁

斂鬼毒上痛逐水脹除胃中熱痺傷中淋瀝
下痢血散五藏結積内寒斂爲頭毒久脹令人
身重熬屑味甘主胃中熱去腫除痺消穀止
脹又云藊豆味甘微温主和中下氣孟詵云手
主霍乱吐逆拾遺云大豆炒及熱投酒中飲主
風痺癱緩口噤産後血氣炒食極熱煑食極冷
又云牛食温馬食冷一體之中用之不同也孟
詵云大豆初服時似身重一年之後便身輕益
陽事（交接事也）又煑飲服之去一切毒氣又生擣和飲療

一切毒脹塗之崔禹云大豆少冷無毒煮飲
汁療温毒水腫爲驗除五淋通大便去結積並
煮食勝於米久噉厚腸胃令人身重大豆爲
蘗取牙生便乾者即發末食之苦美味矣
名黄卷味苦温主温痺筋攣膝痛和名末女
赤小豆本草云主下水排癰腫膿血味甘酸平温无毒主
寒熱〻中消渴止洩利子小便吐卒澼下脹滿拾遺云驢
食脚輕人食體重養生要集云味苦温久食逐津液
令人枯燥孟詵云青小豆寒療熱中消渴止痢下脹滿今案樻窖

物和名阿加阿以ツ支

白角豆崔禹云味醎少冷无毒主下氣治開格蒸煮食、之止飢益人又有一種狀已相似而子甚赤色好止下利厚腸胃益氣力 和名志呂佐ゝ介

大麦本草云味醎温微寒无毒主消渴除熱益氣調中 又云令人多熱 爲五穀長穫敬注云大麦麵平胃止渴消食療脹拾遺云作麺食之不動風氣調中心洩令人肥健盈誂云暴食之令脚弱久服聊好甚宜人 爲腰腎間氣故也 崔禹云主水脹勿合白稻米食令人多熱 和名不上年文

穬麥 本草云味甘微寒食之輕身除熱以作糱溫消食和中 崔禹云以作粥食之發面色 和名加知加多

小麥 本草云味甘微寒無毒主除熱止燥渴利小便養肝氣止漏血唾血以作麪溫消穀止利以作麪溫消熱止煩 拾遺云此物秋種夏熟受四時氣足自然兼有寒溫麪熱麩冷宜其然也 千金方云作麪消熱止煩不可多食長宿癖 膳夫經云多食擁氣 和名己牟支

麩 云扶小麦皮屑也

蕎麥 孟詵云寒難消動熱風不宜多食 膳云子張

麦雜動諸病猶壓丹石能練五藏滓續精神其菜可煮作菜食甚利耳目下氣其莖爲灰洗六畜瘡疥及馬掃蹄至神今案損害物和名曾波牟支

青粱米本草云味甘微寒無毒主胃痺熱中渇利上洩利小便益氣補中輕身長年陶景注云粱米皆是粟類唯其可頭色異爲分別氾勝之書云粱是秋粟蘇敬云夏月食之極爲淳清和名安波乃与祢

黄粱米本草云味甘平無毒主益氣和中上

洩蘓敬注云黄粱穗大毛長穀米俱麁於白粱而收子少不耐水旱食之香美逾於諸粱

白粱米本草云味甘微寒無毒主除熱益氣陶景注云夏月作粟飧亦以除熱孟詵云患胃虚并欬吐食水者用米汁二合生薑汁一合和服之膳玄子張云除胃膈中客熱移易五藏氣續筋骨　和名之呂阿波

粟米本草云味鹹微寒無毒主養腎氣去胃痺中熱益氣陳者味苦主胃熱消渇利

小便陶景注云其粒細於粱米陳者謂經三年五年者或呼為粢米以作粉尤解煩悶蘡薁注云粟有多種而並細於諸粱其米泔汁主霍乱夫熱心煩渇飲數升立差臭泔上消渇尤良崔禹云常所噉食耳益腎。毇舂令白作粉尤解煩悶 和名阿波乃宇留之祢

秫米本草云味甘微寒止寒熱利大腸療漆瘡陶景注云方藥不正用唯嚼以塗漆瘡蘡薁注云此米功能是猶稲秫也今大都呼粟穀為秫

稲秫爲稉矣凡黍稷粟秫秔稉此三穀之秈
秫也馬琬云秫米温食之不及黍米不任進御切相然反秈稲也
也今案損害物和名阿波乃毛知
丹黍米本草云味苦微温無毒主欬逆霍乱上
洩除熱止煩渇陶景云此即赤黍米也多入
神藥用崔禹云食益人又有秬秠米是爲黍耳
供釀酒祭祀用之人飲好療魂病長生和名阿加支美
穄米本草云味甘無毒主益氣補不足陶景注
云書多云黍稷稷蘡敬注云呂氏春秋云飯之美者

有陽山之穄也傳云本草有穄不載穄即穄也今楚人謂之穄開中謂之糜𥹋羽謂之緊廣雅云緊穄也尒雅粢稷也孟詵云益氣治諸熱補不足　和名未美乃毛知

粳米本草云味苦平无毒主益氣止煩止洩陶景云即今常所食米但有白赤小〻異族四五種猶同一類也拾遺云几米熱則熱冷食則冷假以火氣體自温平七卷食經云味甘微寒熱利大腸療漆瘡胳玄子張云性寒權諸經胳氣使人四支不收昏〻饒睡發風動氣不可多食

崔禹云又有粃米是被含稃穀未熟者曰粃以炊炙焦舂成米者食之補五藏駐面色不老衰也今案米粉崔禹云性冷一名爛米云々

米粉汁解丹石發上煩悶食及藥石人必將食之丹經云粢和名宇留之称米汁解丹之發粢和名宇留之称

稲米本草云味苦主温中令人多熱大便堅陶景注云稲米粳米此兩物今江東無此皆呼粳米爲稲耳穫敬注云稲者穬穀通名崔禹云稲米粳米同之一名稌米音吐又有爲米江東呼米性冷好治血氣又有穬米音頼猶爲米耳謂舂一斛之穬成八斗之米　和名以祢乃与祢

糯米養生要集云味甘平雜食之不宜久食
拾遺云性緩寒任姙雜肉食之不利久食令
人身軟黍米及糯飼小猫犬令脚屈不能行
緩人筋故也　今案糯損害物和名毛知乃与祢
糵米本草云味苦無毒主寒中下氣除熱陶
景注云此是以米為糵耳非別米名也末其
米脂和傅面亦使皮膚悦澤蘖殻注云糵
者生不以理之名也皆當以可生之物為之陶
稱以米為糵其米豈更能生乎崔禹云味

少苦冷無毒下氣去熱合乳作粥食之益面
色延年 和名以太祢乃毛也之
粭糖本草云味甘微温主補虚止渴去血陶景注云今酒
用麹糖用蘖猶同是米麦而為中上之異糖當以和潤
為優酒以薰乱為劣七巻食經云量飴糜粥中食之
致久未詳 和名阿女
酒本草云味苦大熱有毒主行藥勢殺邪悪氣
陶景注云大寒凝海唯酒不氷明其熱性獨冠群物人
飲之使體弊神昏是其毒故也昔三人晨行觸霧一

人饉一人病一人死饉者飲酒病者食粥死者空腹此
此酒勢辟惡勝於食　拾遺云酒殺百邪去惡氣通血脉
厚腸胃潤皮膚散死氣愚人飲之則愚智人飲之
則智消憂發怒宣言暢意　大素經云醪醴者賢人以
適性不可不飲之令去病怡神必此改性之毒也。
礼記云凡酒飲養陽氣也故有樂　養生要集云酒者五
穀之花味之至也故能益人亦能損人節其分劑而飲之
宣和百脉消邪却冷也若升量轉久飲之失度體氣
使弱精神侵昏物之交驗无過於酒也宜慎无失

蔀度　崔禹云有大毒行藥力飲之忌憂爲甚食家所重和名佐介

酢酒本草云味酸温无毒主消癰腫散水氣殺邪毒陶景注云酢酒爲用无所不入拾遺云酢破血上運除癥塊堅積消宿食殺惡毒破結氣心中酢水淡飲多食損筋骨殺藥孟詵云多食損人胃消諸毒氣殺邪毒婦人產後血運合之即愈　和名須

醬本草云味鹹酸冷利主除熱止煩滿殺藥及火毒陶景注云醬多以豆作純麦者少今此當是豆者又有肉醬

奥臂皆呼爲臨不入藥用也　和名比之保

塩本草云味鹹温无毒主殺鬼蠱邪毒氣下部䘌瘡傷寒〻熱吐胸中淡澼上心腹卒痛堅肌骨多食傷肺喜欬陶注云五味之中唯此不可闕然以漫魚肉則能經久不敗以沾布帛則易致朽爛所施之處各有所宜耳。

拾遺云五味之中以塩爲主四海之内何處无之崔禹云主殺鬼邪毒氣其爲用无所不入　和名之保

五菓部第二

橘本草云味辛温无毒主胸中瘕瘕熱逆氣利水穀

下氣心嘔欬除膀胱留熱停水五淋利小便脾不能消穀氣充胃中呿逆霍亂心泄去寸白久服去臭下氣通神輕身長年陶景注云此是說其皮功耳其肉味甘酸食之令多淡忍非益人也崔禹云食之利水穀下氣皮味辛苦並可噉之孟詵云皮主胸中瘕氣熱逆又云下氣不如皮也性雖温甚能止渴呉録地志曰建安郡有橘冬月樹覆之至明年春夏色變為青黒味尤絶美上林賦曰盧橘夏熟者色黒朱思簡曰橘皮食欲重臭毒噉膾必須橘皮為麤用和名多知波奈

柑子七巻經云味甘酸其皮小冷治氣勝於橘皮去積淡崔禹云食之下氣味甘酸小冷无毒主胸熱煩滿皮主上氣煩滿孟詵云性寒堪食已皮不任藥用初未霜時亦酸及得霜後方即胡羨故名之曰甘和腸胃熱毒下丹下丹石渇食多令人肺燥冷中發流癖病也馬琬曰小冬食之勝橘去積淡湩

即李衡七樹奴也 名苑云一名金實 和名加宇之

柚本草云味辛温无毒主胸中瘕癥熱逆氣利水穀下氣止嘔欬除膀胱留熱停水五淋霍乱出洩去寸白去臭通神長年穫𩬊云柚皮味甘今俗人謂橙為柚非呂氏春秋曰菓

正本 瓅 欲

之義者有雲夢之柚崔禹云多食之令人有淡孟詵云味
酸不能食可以起盤桉七卷経云味酢皮乃可食不入藥用
今案損害
物和名由
乾棗本草云味甘平无毒主心腹耶氣安中養脾助十二經脉
平胃氣通九竅補少氣少津身中不足大驚四支重和百
藥調中益氣強力除煩心下懸腸澼久服輕身長年神仙
又三載陳𣪠中人腹痛惡氣卒疰又療耳聾鼻塞
七巻經云食之輕身和百藥孟詵云養脾氣強志崔禹云食
之益氣力去煩又有猗棗甚甘美大如鷄子能益人面色
出猗氏懸故以名之宋思簡曰味甘令勢虛冷人食之補益

和名深保世
留奈都女

生棗本草云味辛令人熱寒熱羸瘦者不可食陶景注云大
棗致烏頭毒崔禹云食生大棗者令羨人胃中熱渇並煑
干食之益人膳夫經云不可多食七巻經云常脹棗核中附子也
人百耶不干也孟詵云生棗食之過多令人腹脹並煑食
之補腸胃肌中益氣 和名奈末之支奈都女

李本草云味苦平无毒主除固熱調中崔禹云小冷又臨水 陶景注云言京口有麦李麦秀時熟小而甜
上食之爲蛟龍被吞之孟詵云李平主卒下赤生李芝去開
節間勞熱不可多食之七巻經云味酸熱實可食之神農

經云歲温无毒不可多食令人虛。要録云李實臨水不可食殺人　和名須毛〻

杏實本草云味酸不可多食傷筋骨其雨人者殺人　陶景注云枝主欬逆上氣雷鳴喉痺下氣崔禹云理風噤及言吮不開者為宜佳味酸大熱有毒不可多食生癰癤傷筋骨神農經云有熱人不可食令人身熱傷神壽七巻經云杏人不可多食令人熱利孟詵云杏熱主欬逆上氣金創驚癇心下煩熱風頭痛養性要鈔云治食杏人中毒下利煩苦癇心下煩熱風頭痛養性要鈔云治食杏仁中毒下利煩苦方以梅子汁解之又方以藍青汁服之　今案損害物和名加良毛〻

唯喉中舞腫塞水漿不入也

桃實本草云味酸多食令人有熱其核味苦甘平无毒主瘀血閉瘕耶氣殺小虫欬逆消心下堅癖注云仙家方言服三樹桃花盡則面色如桃花人亦无試之者神農經曰飽食桃入水浴成淋病孟詵云温桃能發諸丹石毒生食尤損人七卷經云桃兩人者有毒不可食崔禹云食之令下利益面色養肝氣令食桃人忌朮非之倍中用无害又陳子皇服朮入霍山々桃多食之續氣駐色至三百歲還來面色美澤氣力如壯時 今案損害物 和名毛々

梅實本草云味酸平无毒主下氣除熱煩滿安心支體痛偏

偏枯不仁死肌去青黒誌惡疾心下利好唾口乾陶景注云是崔禹云今為梅也又脹黄精人禁梅實藕敬注云利筋脉去痺味酸大温主安肝心下氣藥性論云黒宂脹梅花黄連登雲臺盂説云食之除悶安神七巻經云味酸平詩云梅香類也又可含以香口也 和名宇米

栗子本草云味醎温无毒主益氣厚腸胃補腎氣令人忍飢陶景注云有人患脚弱往栗樹下食數升便能起行此是補腎之義也然應生噉之藕敬云作粉勝於蒸芰嚼生者塗病療筋骨斷碎疼疼痛腫瘀血有効餌

餌孩兒令齒不生崔禹云食之益氣力神農經云食瘧

胥脚煩炊食之令氣擁患風水人尤不宜食孟詵云今

有所食生栗可於熱灰中煨之令纔汗出即啖之甚破

脚氣也

氣不得使通熱熱即擁無名菀云一名樸子一名椑子和名久利

柿本草云味甘無毒寒主通鼻耳氣腸澼不足陶注云火薰者性

熱斷下日乾者性冷生柿弥冷蘇敬注云火柿主殺毒金

火瘡生肉止痛軟熟柿解酒熱毒止口干押胷間熱拾

遺云日乾者温補多食去面皯飲酒食紅柿令心痛直至

死亦令易醉陶云解酒毒誤也崔禹云味甘冷主下痢理癰

腫口焦舌爛孟詵云柹主通鼻耳氣補虚勞又乾柹厚
腸胃温中消宿血膳夫經云不可多食令人腹痛下利無
名苑云一名錦藂一名蜜丸一名朱實和名加文
梨子本草云味甘寒令人寒中金創婦人尤不可食陶景注云
梨種殊多並皆冷利俗人以爲快菓不入藥用食之損
人蘇敬云梨削貼湯火瘡不爛止痛易差又主欬嗽止
渴通玄經云梨雖爲五藏之刀斧足爲傷寒之妙藥崔
禹云食之除傷寒時行爲妙藥但不可多食神農經云
味甘無毒不可多食令人委困孟詵云胸中否塞熱結

者可多食生梨便通又云寒除客熱止心煩又云卒瘖
失音不語者擣梨汁一合頓服之又云卒咳凍梨一顆刺作
五十孔每孔中内一粒椒以麺裹於熱灰燒令極熟出
停冷食之又云去皮割梨内於蘇中煎冷食之朱思簡曰
食義宿病又凡用梨治咳嗽皆須待冷候喘息寒定食
之令愚夫以椒梨亦衝氣熱食之反成嗽不可救也兼名
菟瓦一名紫實一名紫條一名縹蔕一名六俗
一名合須 今案檳榔 和名奈之
榛本草云味苦寒多食令人臚脹病人尤甚崔禹云除

内熱元毒孟詵云益心氣膳玄子張云補中焦諸不足。廣志云梌有白青黄三種也今案損害物和名奈以

石榴本草云味甘酸損人不可多食殼療下痢止漏精。根療蚘虫寸白罷腹中長虫

崔禹云不可多食損人氣世人云石榴花赤〻可愛故多植以為迺年花也孟詵云温實主穀利泄精又云損齒令黒今案損害物和名佐久呂

枇杷本草云葉平主卒啘不止下氣崔禹云子食之下氣止嗽嘔逆味甘生敵益人七巻經云味酸食之安五藏膳夫經云益人〻孟詵云温利五藏久食癥發熱黄和名比波

獼猴桃七巻經云味甘寒无毒食之无損益拾遺云味酸一名藤梨又名羊桃温无毒主骨節風攤緩不隨長生變白肉野鷄病崔禹云食之和中安肝味甘冷主黄疸消渇状似栗而青黒色一節着數十莖〻頭生實食之利人和名己久波

郁子本草云味酸平无毒主大腹水腫面目四支浮腫利小便水道七巻經云食之利水道崔禹云味酸冷赤熟者有毒食之發狂熟者食之益人和名宇倍

通草本草云味甘平无毒主去悪蟲除脾胃寒熱通利九竅血脉關節令人不忘欲眠心煩噦出音聲療耳聾

散癰腫諸結不消及金創惡瘡蠱毒墮胎去三蟲一名丁翁拾遺云一名好手子如算袋雀禹云食之去淡水心赤白下利味甘温　和名安介比

山櫻桃七卷經云味甘平无毒食之无損益或云食補心氣調中令人好面色此有二種一者白櫻子春早所榮花白味苦食令人頭痛也一者黒櫻子花紅白味甜美也伯滄人爲良菓皆云山菓美者唯黒櫻子　和名也未毛々

木蓮子崔禹云食之安中養肝氣味甘酸於无毒主火爛（今案注文櫨椒應加子音柚柑也）瘡煩毒性滑利葉似郁實如櫨子散之輕身去熱爲驗

也和名伊太比
榛子七巻經云味甘平食之无損益多食令人頭痛崔
禹云食之明目去三虫味甘小澁冷无毒久食輕身耐老
樹似杏而實如櫟子並手戰之益人氣今案損害物和名波之波美
胡桃人七巻經云味甘温食之去積氣博物志云張騫
使西域還得胡桃故名之崔禹云食之下氣味甘小冷无
毒主喉痺皴白虫令人淡動盂詵云卒不可多食動淡
飲討曰月斷脹食通經絡黒人鬚鼓皂生龍差一切
痔病千金方云不可多食令人悪心拾遺云味甘平无毒

食之令人肥健潤膚黒鬚去野鶏病痔病名也和名久留美
椎子七卷經云味甘平食之補益人耐飢去甲作屑並食
之断穀勝椽子崔禹云味甘小温无毒主補五蔵安中
又有榧子相似而大於椎音隹和名之比
椽實本草云味苦嶮温无毒主下利厚腸胃肥健人七
卷經云味澁无毒非藥非穀而最益人服之者未能断
穀養性要集云啖椽為勝无氣而受氣无味而受味消
消食而止利令人強健和名以知比　都留波美乃美
榧實本草云味甘主五痔去三虫蠱毒鬼注陶景注云食

其子乃言療寸白不復有餘用不入藥方馬琬曰常食之者三虫不生也 和名加倍乃美

七巻経云食之軽身去腹中虫

覆盆子本草云无毒主益氣輕身令髮不白陶注云蓬藁是根名覆盆子是實名方家不用乃昌容所服以易顔色者也蘇敬注云覆盆子蓬藁一物異名本謂實非根也崔禹云覆盆味酸美香主益氣力安五藏是延真常璈之遂登仙矣 和名以知古

胡頽子馬琬云味甘凌冬不凋食之補益五藏之膳夫經云食之益人者也 和名久美

甘蔗本草云味甘平无毒主下氣和中補脾氣利大腸崔禹云食之下氣小冷廣湖大種經二三年乃生高大如竹而過於二三丈取其汁以爲沙糖甚理風痺益面色

和名久美

蒲陶本草云味甘平无毒主筋骨濕痺益氣倍力強志令人肥健忍風寒久食輕身不老延年陶景注云魏國使人賷来狀如五味子而甘美北國人多肥健耐寒盖食斯乎不植淮南之如橘之變於河北矣崔禹云食之益氣力除風冷味甘小冷益面色孟詵云食之治腸間水調中

其子不堪多食令人卒煩悶七巻經云味甘平可作酒逐
水利小便廣志云穪陶有黄白黒三種也 和名衣美
桑椹本草云蘓敬曰味甘寒无毒單食主消渇七巻經
云桑椹漢武傳曰西王母神仙上藥有扶桑丹所謂椹也孟
詵云性微寒食之補五藏耳目聰明利關節和經脉通
通血氣益精神 和名久波乃美
署預本草云味甘温平无毒主傷中補虚羸除寒熱邪氣
補中益氣力長肌肉主頭面遊風々頭目眩下氣止腰痛
充五藏强陰久服耳目聰明輕身不飢延年一名山

芋秦楚名玉延鄭越名土藷陶景注云食之以充粮蕷敬注云日干擣篩爲粉食之大美崔禹云食之長肌肉强陰氣七巻經云食之益氣力充五藏膳夫經云補中强强陰兼名苑云一名藷藇署預二音一名延草雜要訣云一名王芧和名也末都伊毛

零餘子拾遺云味甘温无毒主補虚强腰背不飢益食曬乾切用強於署預此署預子在蘂上生大者如卵和名奴加古

薢崔禹云食之厚腸胃益氣力止飢味苦小甘无毒小温駐面色勝於麦豆燒蓋充粮和名止己呂

芋本草云味辛平有毒主寛腸胃充肌膚滑中一名土芝。崔禹云味醎嶮小温滑中多食之傷人性命神農經云不可多食動宿冷孟詵云主寛緩腸胃去死肌令脂宍悦澤七巻經云有毒能下石列仙傳云昔酒容爲梁益使民益種芋後三年當大飢梁民不飢死並名莬云一名長味一名談善養生要集云芋種三年不收成野芋食之殺人又云治野芋中毒方煮大豆汁冷飲之又方土漿飲之 和名以倍都以毛

陶景注云生則有毒蘞不可食性滑下石

䔲本草云味苦山嶶寒无毒肖主消渴痹熱

蓻中益氣一名藉姑一名水萍陶景注云生水田中葉有椏状如澤瀉不正似芋蘘敬云此草一名槎牙一名茨菰主百毒產後血悶攻心欲死產難胞衣不出擣汁服一升遺云食之令人肥白小者搗消呑之開胃及腸手金方云下治石淋崔禹云食之益氣力主消湯五淋黄瞰為佳孟詵云主消渴下石淋吴人好瞰之發脚氣攤緩風損齒紫里色令人告顏色七卷経云食之止渴益氣廣雅云

藉姑只日烏芋也養生要集云味苦微寒食之除熱所謂息荕者是也為粉食之其色如玉久食益人崔禹云一名火芋一名玉銀 和名久和為

菰根七卷經云味甘大寒除腸胃中痼熱消渴止小便利養生要集云味甘平除胃中煩解酒消食 和名古已毛乃

菰首七卷經云味甘冷被霜之後食之令人陰不強又雜白蜜食令人腹中生虫 今案損害物 和名古已毛都乃

芰實本草云味甘平无毒主安中補藏不飢輕身。陷 一名蔆

景注云火熖以為米充粮斷穀長生崔禹云芡實食之（皮逼反火乾也）
安中補五藏孟詵云食之神仙此物尤發冷不能治
衆病七巻經云味甘平无毒食之不飢被霜後食之
令陰不強　和名比之
藕實本草云味甘平寒无毒主補中養神益氣力除
百疾久服輕身耐老不飢延年陶景注云此即今蓮子是
也宋帝時大官作羊血䘓（空紺反羊血凝也）人削藕皮誤落血中皆散不
凝醫仍用藕療血多効蕅敬云主熱渴散血生肌久服
令人心懽崔禹云藕實根味甘冷食養心神根大冷主

煩褺臯血不止孟詵云蓮子寒主五藏不足利益十二經脉廿五胳馬琉云食之養神除百病根効与實相似也

和名波知須

鷄頭實本草云味甘平无毒主𤸷濕痺腰脊膝痛補中益精強志耳目聰明久服輕身不飢耐老神仙陶注云此即今蔿子子形上花似鷄冠故名鷄頭蘓敬注云作粉与菱粉相似益人膝菱芡雀禹云益氣力耳目明了孟詵云作粉食之甚好此是長生之藥与蓮實合餌令小兒不能長大故知長服當駐其年耳生食動

蔿可毒今案芡人字也玉云水中鷄頭也渠儉反

小冷氣七卷食經云食之益精氣　和名美都布々支乃美

千歲蘽汁本草云味甘平无毒主補定五藏益氣續筋骨長肌肉去諸痺久服輕身不飢耐老通神明崔禹云食之補五藏味甘平小冷其莖切絶而受瀝汁狀如薄蜜甘美以暑預爲粉和汁煮作粥食主嗽逆又合白蜜食之益人　和名安末都良

五宍部第三

牛乳本草云微寒補虛羸止渇下氣陶景注云榛牛爲佳

拾遺云凡服乳必煮一二沸停冷啜之熱食則擁不欲頓血脉塞也

脹並与酸物相反令人腹中結癥崔禹之益胃氣令人潤澤養生要集云腹中有冷患飲乳汁令腹痛泄利七巻經云不可合生宍生腹中至不可合生魚食成癥 和名宇之乃知

酪本草云味甘酸寒无毒主熱毒止渇除胃中虚熱身面上熱瘡養生要集云腹中小有不佳不當喫酪令不消

蘇本草云微寒補五藏利大腸主口瘡陶注云乳成酪之成蘇之成醍醐色黄白養生要集云道人云乳酪蘇髄常食令人有筋力膽幹肌體潤澤卒食令人臚脹

泄利漸々自已也

鹿肉本草云肉温補中强五藏益氣力陶

景注云野肉之中唯

麞鹿可食生不羶腥又非辰屬八卦無主

而兼能温補於人則生死無尤故道家許

聽爲脯蘇敬注云頭主消渴筋主勞損骨

主虚勞脂主癰腫死肌温中四支不随一云

不可近陰角主中惡注痛血主折傷陰痿

補又云鹿茸味甘酸温无毒主漏下悪血

寒熱益氣強志生為療虚勞羸瘦四支廢
疼腰脊痛洩精溺血安胎下氣角主悪瘡
癰腫髓味甘温主大夫女子傷中脈絶筋
急欬逆以酒服之又去黶骨主虚損洩精
肉補益五蔵髓益氣力悦澤人面雀禹云味
職温无毒主大風冷氣口僻清渇心主安中
肝肺主安肺腎主安腎脾主安脾膏主四支
不随孟読去廣頭主消渇多夢〻見物蹄肉
主脚膝骨髓中疼痛生肉主中風口偏不正

膳夫経云腎族佳千金方云凡餌藥之人不可食鹿肉服藥必不得力所以然者鹿恒食解毒之草是故能制散諸藥也養生要集云鹿有豹文不可食殺人又云鹿茸鹿角皆不中嗅角中有細蟲似白粟入咽令人蟲癩方術不能治馬琬云鹿胃食之不利人朱思簡云合生菜食之使腹中生疽蟲鹿膳白者不可食之食経云鹿雉合食之殺人盧宗食経云鹿五月巳後無角者食傷人和名加乃志之

猪肉本草云味苦主閉血脉弱筋骨虚人肌不可久食陶景注云猪爲用最多唯宜人〻有多食皆能暴肥此蓋虚肥故也千金方云不可久食令人少精發宿病拾遺云肉寒主瘋丹石解熱人食之發藥動風七卷經云合五辛食之傷人肝脾鯽魚合食令人發損消又不可合鯉魚子傷人朱思簡云合魚共食入腹動風令生虫肝合芹菜食之令人腹中終身雷鳴養生要集云猪肝落地去不著者食殺人又云猪子脯火燒不動者食之畢泄利馬琬云猪目睫交不可食傷人

膳夫經云豕自死其目青食之殺人又云豕𤛓而死食
食其肝殺人又云豬白蹄青爪班〻不可食又云白豬
青蹄食之殺人　今案損害物和名爲乃志〻
雉本草云肉味酸微寒无毒主補中益氣力止洩利
除蟻瘻陶景注云雉雅非辰屬而正是離禽景午日不可
食者蘇敬注云雉味可主諸瘻瘡雀馬云主行歩汲〻
然益肝氣明目癖癥諸淺瘡丙午日食生心瘕損肝
氣五鬼走於内致不祥朱思簡食經云凡食雉害
不得食骨大傷人筋骨　和名支之

雲雀　崔禹云味鹹大温无毒主補中陰萎不起虚勞内損赤白下利作臛食之強陰氣貌似雀而大是春夏在陽秋冬在陰陽時喜鳴陰時不鳴吸陰氣而登天含陽氣而下地翔於雲陽而吐氣故以名之其音竊々然似人大訶　和名比波利

鵝　孟詵云温補五藏益中續氣實筋骨耐寒暑消結氣又云不可共猪肉食之令人多生瘡　今案拾遺云共猪肉食之令人生小黒子

又云患痢人可和生薑煮食之七巻經云味辛平

鷦鷯

食之令人善忘崔禹云无毒主赤白下利漏下血

暴風濕痺（養肝）肺氣利九竅　和名宇都良

鳩崔禹云味苦鹹平无毒主續絶傷補中堅筋骨益氣

力好令趍（且水反動也進也奔也）走任身婦人尤不可食其子門肥充於產

難故也古人云是鳥為不噎之鳥故老人杖頭作鳩

像療噎之呪　和名波止

鵤崔禹云味甘溫无毒主赤白下利補中下氣貌似鴿

有白喙隼眼而翅羽蔽々斑々可愛　和名伊加留加

鴨崔禹云味酸冷无毒主赤白下利虛損不足補中安魂

魄 和名比衣止利

鴈本草云肪味甘平无毒主風攣拘急偏枯氣不通久服長鬚鬢眉益氣崔禹云味甘小冷主風熱煩心駐面色理腰脚痿弱凡鴈類甚多大曰鴻小曰鴈七卷經云食无損益 和名加利

鴨本草之肉補虚熱和藏府利水道孟詵云寒補中益氣消食馬琬云目精白者食之殺人 和名加毛

鯉魚本草云肉味甘主欬逆上氣黃疸止渇生者主水腫脚滿下氣膽味苦寒无毒主目熱赤痛清盲明

目背主女子帶下赤白爲主石淋。陶景注云鯉魚最爲魚之主形既可愛又能神變山上水中有鯉魚不可食又鯉鮓不可合小豆藿食之其子合豬肝食之害人蘇敬注云骨灰主隂餕蝕葉也哽不出盃主小兒丹腫皮主丹隠疹腦主諸癇膓主小兒肥瘡拾遺云肉主安胎動胎壊姙身腫煑食之破冷氣痃癖氣塊從從脊當中數至尾无大小皆有卅六鱗七卷經云鯉魚平補中又⿰魚后胡闘反野王云是鯉魚也又⿰魚果下凡反説文鯉也又⿰魚慶音慶廣雅云大鯉也崔禹云鯉魚温无毒主脚氣杵疾益氣力孟詵云天行病後不可

食弄蔑即死又砂石中アル者毒多ク在リ腦髓中不可食其
頭又毎斷去脊上両筋及脊内黒血此是毒故也朱思
簡曰白頭者不可食交葱桂食之令人悪病馬琬云任身
食之令子多瘡養性要録云脹天門冬勿食鯉魚病
不除　和名已比
鯽魚本草云主諸瘡燒以醬汁和塗ル之又主腸癰一
名鮒魚作鱠主久赤白利拾遺云頭主腥嗽燒爲灰服
之内主虚羸熟煑食之鱠主赤白利及五痔七巻經
云味甘温多食之益氣崔禹云味鹹大冷无毒主心煩熱

補五藏安中食鯽鱠勿飲水生蝒蛔虫又勿合猪肉食

蝒字又為蛕今案字作蛔戸恢反腹虫也

成腹中冷澼孟詵云作鱠食之斷ヤム下痢其子調中益

肝氣朱思簡云合鹿肉生食之筋急又鯉臭子鯽臭不

可同食之又不可共酪同食又沙糖不与鯽臭同食成

甘虫又不可共筍食之使筍不消成二食癥身不能行步養

性要集云鯽臭不可合猪肝食之 和名布奈

鱁臭本草云味甘无毒主百病陶景注云今作臛食之

云補又有鱅臭相似而大又有鮸臭黄而美益人又

有人臭似鯷而有四足聲如小兒其膏燃之不消耗

始皇麗山塚中用之謂之人膏　蘇敬云鮧魚一名鮎
魚一名鯷魚主水浮腫利小便　崔禹云鮎魚温主風冷
之痺赤白下利虚損不足令人皮膚肥美貌似鱣而小
色白皮中有白垢大者一二尺小者七八寸无鱗春生夏
長秋衰冬死一名鰋　食經云鯷魚赤目鬚及无鰓食
殺人　和名阿由

鯛　崔禹云味甘冷无毒主逐水消水腫利小便去痔
虫破積聚欬逆上氣腸主出敗瘡中虫利筋骨　貌
似鯽而紅鰭緊鱗　和名多比

鱸崔禹云味鹹大温无毒主風痺瘃疰面皰貌似鯉
而鰓大補中安五藏可爲膗膾食經云鱸臭爲羹
食不利人又云鱸肝不可食之殺人又云治鱸臭中
毒方搗絞蘆根汁飲之良　和名須々支
鯖崔禹云味鹹大温无毒主血利補中安腎氣貌似
鰱小口尖背蒼可爲鱢食補中南人多哭鯖益面色
瘨疰人食鯖膗難差　和名佐波
鯵崔禹云味甘温无毒主下利明目安心神貌神似
鰺而皮中有白𤸪尾白刺連々逢々者也頭中有石江

南人呼曰石首魚者也是 和名阿知

鮭 鮏 析青反 崔禹云味醎大温无毒主心下利益氣力其子似苺赤光一名年魚春生而年中死故名之療風痺爲驗 和名佐介

鱒 七卷經云味酸埶多食發瘡字林云赤目魚也此魚似鱵而小也 今案槙害物 和名末須

蠡魚 本草云味甘寒无毒主濕痺面目浮腫下大水五痔有瘡者不可食令瘢白一名鮦魚陶景注云今作鱧字舊言是公蠣蛇所變崔禹云補中明目食鱧

肝而勿飲水生虵子故也（今案槙害物／和名波手）

王餘魚七卷經云食之无損益郭璞云王餘比目同稚有二斤其實一魚也不比行者名為王餘也比行者名為比目也捜神記云昔越王為鱠割魚而未切墮半於海中化魚名王餘也（和名加礼比）

烏賊魚本草云（敗瘡也）味酸微温无毒主療女子漏下赤經白汁血閉陰蝕腫痛寒熱癥瘕无子驚氣入腹〻痛〻環臍陰中寒腫陶景注云鸔烏所化今其口脚具存拾遺云昔秦王東遊弃算袋於海化為

此魚其狀似筭袋兩帶極長墨猶在腹中也孟詵云食之少有益髄養生要集云味鹹温食之无損益

崔禹云味鹹生大冷干小温无毒主鬼毒氣入腹絞痛積聚南海多岳砢(一石下定反)而浮爲鳥翔来見之爲死鳥喙(ワイハム)曰鷲巻捕以致之故名曰烏賊爲海神之吏 和名伊加

海鼠 崔禹云味鹹大冷无毒主補腎氣去百節風貌似馬蹄(ヒル)而大者長五六尺小者一二尺體上小角連(アリリ)數十枚如草嚢而蛻縮腮々(蒲反腮良)臟々(又臭肉也)者是也干者温主下利生毛陵黄疸疲瘦其腸尤療痔爲験七巻經

云食无損益有内痺者食此生者有利和名古ル

海月崔禹云味辛大冷无毒主利大小腸腹除關格黄疸消渇貌似月在海中故以名之又有凝月味醎苦冷主黄疸消渇似海月在海中貴時即凝故以名之一名水母和名久良介

海蛸崔禹云味醎温无毒主虚勞内損諸不足及下利補中安五藏又大者長一二丈名海肌子小者長尺餘寸名海蛸子江東呼曰觸妾子七巻經云味辛平生冷于温人有内痺者食此生者利有利和名多古

蝙蝠七巻經云味甘嶶寒食之无損益或云補中去煩
勢狀如大甑生海邊池泥中甚似大蚿也湖往後人
視其穴極取之以蘆刀挫之去其腹中去沙以鼓塩醤
鹵食美 和名委
蠣本草云牡蠣味鹹平嶶寒无毒主傷寒〻熱温虐
除惕緩鼠瘻女子下血赤白心痛氣結心渇除老血療
喉痺咳嗽久服強骨節延年陶景注云是百歳鵰所化作
拾遺云天生万物皆有牡牝唯蠣是鹹水結成塊然不動
牝牡之事何從而生經言牡者應非其雄也崔禹云 敦

魘魅治夜不眠鬼語錯乱志意不定冬時者爲優
夏時者爲劣貪羨食之孟詵云上令沸去殼食甚良
令人細潤肌膚美顏色大巻經云有癩瘡不可食文　和名加
海蛤本草云味苦鹹平无毒主欬逆上氣喘煩滿胷
痛寒熱主陰痿陶景注云從鴈矢中得也說文云千歳鷰
化爲海蛤魁蛤一名伏老伏翼化爲今之生子滋長拾遺
云案海蛤亡是海中爛殼久在泥沙風波陶灑自然
圓淨文蛤是未爛時殼猶有文者崔禹云冷主氣勞
補氣力貌小者似臣勝而潤澤然鵜鶘所吞食大者

圓二三寸及五六寸殼上有文理而紫斑或肷々黄々或漆々斑々或薮々黒々以純黒為良 和名波末久利

石决明本草云味鹹平无毒主目白瞖痛清盲久服益精輕身陶景注云是鰒魚甲者蘇敬注云七孔者良 崔禹云温主腰脚諸病補五藏安中益精氣貌細孔離々或九或七以鰒為真或作鮑字云為誤食之利九竅心目聰了故有决明之名云附石生故呼曰石决明耳秦皇之世不死之藥覓東海者豈謂於斯歟 和名阿波比

靈蠃子崔禹云味鹹有小冷无毒主下氣補肝膽氣明

目東海多貇似橘而圓其甲紫色生芒角以角為肵口似人脣々中有物如馬齒而堅白腸如蝨色赤黒殊療喉痺利丈夫 和名宇仁

辛贏子崔禹云味辛蟹大契无毒貇似甲螺而口有蓋々似甲香色如帛魄薄々光々是也敢之為快味師門滑此而狩食之間夜中耳聞數十居唄聲及覺而不聞門即放生不敢喫矣 和名於保安丈

甲贏子崔禹云味澁醎小冷无毒主黏毒補中貇似辛螺而口有角蓋々上甲錯似鮫魚皮而腮々皺々者是也

昔烈真到於東海之碣岐而獲巨蠡其大如十升器将食之間夜中化成女人語云為夫婦十日共倶遊之忽然不見爰頭視蠡中有光物即敗見有大珠作末食之登仙 和名都比

小蠡子崔禹云味滋鹹少冷无毒主赤白下利補中貎似甲蠡而細小口有白玉之蓋煮散之 和名之多多美

口廣大辛蠡七巻經云宍味甘冷其膽味辛形似大辛蠡而少小其甲少薄色小青黒 和名於保尓之

石陰子崔禹云味酸小冷无毒主消渴〻則黄疸癰瘡
明目補中貌似人足而表黯黒生毛是物生海中有陰
精故名曰石陰子 和名加世乃伊加比

尨蹄子崔禹云味鹹辛冷无毒主黄疸消渴〻利醒
酒貌似犬蹄而附石生肉頭生黒髮白巻曲者是也 和名世

寄居崔禹云味鹹冷无毒主渇醒酒去煩熱貌似蝸
蛸是物好容他殻中居負殻行人犯驚則縮足轉墜
似死乃遇人物行〻掇取敢之以殻灸火則走出
也拾掇食之拾遺云食之益顔色 和名加手奈

攡鋼膳夫經云不入藥用七卷經云廣志云以蟹色
黄方二寸其一螯偏長三寸餘特有光其短食物
着口一云其大螯和利如鋼其愛如實也和名加佐女
鰕七卷經云味甘平食之无損益不可合梅李生菜
皆令人病養生要集云鰕无鬚又以腹下通黒食之
殺人又云蝦煮當赤而反白者勿食之腹中生虫和名衣比
蟹本草云味醎寒有毒主療胷中邪熱氣結痛喎
僻面腫散血氣愈漆瘡雀鬲云主皶鼻悪血明目醒
酒蟹類以蔡謨初渡江不識而契蟹幾死乃歎云

讀尒雅不熟為勸學所誤耳孟詵云蟹脚中髄及

及腦能續斷觔骨人取蟹腦髄微熬之令内瘡中

觔即連續七巻經云蟹目在下者食傷人馬琬云蟹

有六足腹下无毛並煞人養生要鈔云蟹目相向及目

赤足班不可食煞人食經云蟑皆冷利動嗽不可多

食　和名加尒

河貝子崔禹云醎冷无毒主黄疸消渇　和名美奈

田中螺汁本草云大寒主目熱赤痛心渇崗注云田水

中及湖瀆岸側形貟大如梨柿者人亦煮食之療熱

醒酒止渇患眼痛取真朱并黄連内䧄裛久汁出取以注目中多差穢敬云殺瘵尸注心腹痛失精

拾遺云煮食利之大小便去腹中結熱目黄脚氣衝上炎腹急硬小便赤澀手脚浮腫生水浸取汁飲之心

消渇此物至難死有誤沮於壓中廿歳猶活雀鳥云田中羸子味鹹小冷无毒主醒酒冷補之和名多都比

五菜部第四

竹笋本草云味甘无毒主消渇利水道益氣可久食崔禹云味甘小冷主利水道心消渇五痔孟詵云笋

動氣能發冷癥不可多食 和名多加牟奈

白苽子本草云味甘平寒无毒主令人悦澤好顏色益氣不飢久服輕身耐老陶景注云熟苽有數種除瓤食之不害人若覺食多入水自漬即便消又云博物志云水浸至項食苽无數崔禹云味甘冷无毒食之利水道去淡水未熟者冷黄熟者平其瓤甘補中除腸胃中風致三虫心眩瞶養生要集云依二蔕及二茎食之致人馬瘑云有雨鼻食之致人孟詵云寒多食發痺黄動宿冷病又瘦癖人不可多食之 和名宇利

冬苽本草云白冬苽㪺寒主除少腹水脹利小便止
渇陶注云冬苽性冷利解毒消渇神農經云冬瓜味
甘无毒止渇除熱崔禹云冬苽除水瘇風冷人勿食
益病又作胃反病膳玄子張云冬苽食之壓丹石
去頭面熱 和名加毛宇利

越瓜孟詵云寒利陽益腸胃止渇不可久食動氣
雜止渇仍發諸瘡令虚脚不能行音拾遺云食之利
本草陶注云越瓜人以作葅者食之亦冷
小便去熱解渇毒 今案損害物 和名都乃宇利

胡瓜孟詵云寒不可多食動寒熱發瘧病膳玄子張

云蔆痃氣生百病消人陰蔆諸瘡疥蔆脚氣天行後卒不可食之必再蔆 今案損害物 和名加良宇利

䶅欲

茄子崔禹云味甘喩温有小毒主充皮膚益氣力脚氣人以苗莖煑濤脚皆除毒氣尤為良驗也七卷經云温平食之多動氣損陽 和名奈須比

葵

龍葵本草云味苦寒无毒食之解勞少睡去虛熱腫其子療丁瘡崔禹云食之益氣力孟詵云其子療甚妙其赤其赤珠者名龍珠久服變髮長黑令人不

老養生要集云補五藏輕身明目和名巳奈須比
苦瓠本草云味苦寒有毒主大水面目四支
浮腫下水令人吐蘘敬注云瓠与冬瓜瓠
全非別類味甘冷通利水道止消渇陶
景注云又有瓠㼊亦是瓠類小者名瓢
食之乃勝瓠拾遺云莖汁滴鼻中出黃
水去傷寒鼻塞黃疸又云食苦瓠中毒
者煮黍穰汁飲之𤬪蒼云瓠㼊者玉
瓜也瓠瓢酌酒琴書自娛也和名奈加比佐古

葵

葵菜本草云味甘寒无毒主悪瘡療淋利小便解蜀椒毒葉爲百菜主陶景注云以秋種經冬至春作子謂之冬葵至滑利能下石淋蘇敬注云北人謂之蘭香常食中用之云去鼻氣神農經云味甘寒久食利骨氣崔禹云食之補肝膽氣明目主治内熱消渇酒客熱不解孟詵云若熱者食之亦令熱悶膳夫經云葵菜尤冷利千金方云十日一食葵々滑所以通五藏擁氣馬琬云葵赤莖背黄食之一致人 和名安不比

䒾崔禹云味辛𪏭作䓴食益人作𧆞爲𦧝味 和名和佐比

鬼葵本草云味甘寒无毒主下諸石五淋止武蛇毒崔禹云味甘大冬食之下諸石及蛇毒　和名以倍尓礼

莧菜本草云味甘寒无毒主青盲白翳明目除耶利大小便去寒熱殺蚘虫益氣力蘘敬。注云主諸腫瘻疣目拾遺云食鱉莧所忌今以鱉細剉和莧於水處置之則變爲生鱉莧七卷經云味甘益氣力不飢崔禹云食之益氣力信陵之女時年十八未嫁而任胎父陵自迫問何有任哉曰无致之女答云儀都无所爲但好噉此菜耳不知所以然云〻又心含悩而取少年婦含

食此莧菜未出數十月而任胎遂獲淨全之產　和名比由

羊蹄本草云味苦寒无毒主頭秃疥瘙除女子陰蝕浸淫疽痔殺三虫万畢方云療蠱崔禹云補五藏益氣力　和名志

薺本草云味甘温无毒主利肝氣和中孟詵云補五藏不足棊動氣陶景注云詩云誰謂荼苦其甘如薺崔禹云食之甘香補脾　和名奈都奈

生薑本草云味辛微温主傷寒頭痛鼻塞欬逆上氣止嘔吐久服去臭氣通神明神農經云令少志少智傷心性不可過多耳　今案拾遺云今食薑處亦未聞人愚无薑處未聞人智為浪說

膳夫經云食甜粥訖勿食薑昴交唑成霍乱空腹勿
食生薑書令渇崔禹云食之去淡下氣除凨耶味辛麁
是物爲調食之主食科云男子多食者令人尻肛
緩大女人者令其陰器緩大孟詵云食之除鼻塞去
胷中臭氣養生要集云嶶温食之尤良然不可過
多耳傷心氣又云空腹食書令揚上善爲骨並及住
薙薺　和名都知波之加美
蕪菁本草云味苦温无毒主利五藏輕身益氣可
長食蘱蔹注云蕪菁北人名蔓菁捨遺云子主急黄

〻疽腸結不通。又云蔓菁園中无蜘蛛是其相畏也崔禹云食之利五藏其根並傳脚腫即消又取子一斗檮研以水三斗煑取一斗汁濃脹之除癥瘕積聚及霍乱心腹脹滿為妙藥神農經云根不可多食令人氣脹蘓敬脚氣論云患脚氣人不宜食蔓食蔓青七巻經云陳楚謂之豐魯齊謂之蕘關之東西謂之蕪菁趙魏謂之大芥和名阿乎奈

菘菜本草云味甘温无毒主通利腸胃除胷中煩解消渇。

拾遺云去臭腥動病又南土无蔓盡為此物所用

崔禹云味甘少冷无毒菜中菘尤為常食和中无
餘逆忤合多食ㇾ
孟詵云腹中冷病者不服有熱者服之亦不發病其
菜性冷　和名太加奈
蘆茯本草云味辛甘温无毒主大下氣消穀去淡
澼服健人生擣汁服主消渇誌大有驗〻崔禹云味
辛葷温消五穀又臭肉毒ー又云其葉嫩美亦為
生菜之主殿之消食和中利九竅益人ㇾ
七巻經云久在土中食之不利人馬琬云夜食不用

戢蘆茯根氣不散不利以　孟詵云　蘿蔔冷利五入已下十字在正本

藏開節除五藏中風輕身益氣根消食下氣　又云甚利關節除五

藏中風練五藏中悪氣令人白淨　和名於保祢

芥　本草云味辛温无毒歸鼻主除腎邪氣利九

竅明耳目安中久食温中　陶景注云似菘而有毛味

辛好作葅　崔禹云食之安中又芥類多有蜀芥蜀食其花而

皮毛皆頓落故以名之又有雀芥雀食其子而獲能飛

翔故以名之　孟詵云生食發丹石不可多食　七巻经云芥有兩種大芥小芥是治无累之　和名加良之

白苣　崔禹云味苦冷无毒主明目進食者為要。

孟詵云寒主補筋力膈玄子張云利五蔵開胃葦
擁氣通經脉養筋骨令人齒白淨聰明少睡可常
常食之有小冷氣人食之雖不覺腹冷終不損人
又産後不可食之令人寒中少腹痛 和名知佐
薊菜本草云味甘温主養精保血陶景注
云大薊是虎薊小薊是猫薊葉敬注云
大小薊葉相似功力有殊拾遺云破宿血
新血暴下血々利驚瘡出血嘔血等取汁温服又
金瘡又蜘蛛蛇蝎咬毒服之佳崔禹云食之養

精神令人肥健主女子赤白沃安胎止呿唾血訖

云菜只堪煮羹食甚除熱風氣又金創血不止

桜葉封之即止　和名安佐美

柖荎菜　崔禹云食之止利味甘苦少冷有小毒主心熱

「煩」嗑一名蕗又取根擣傅釘腫瘡々根即抜之　和名不々支

菫蕈　崔禹云味辛温無毒食之止欬嗽冷利止歳　和名曽良之

蘩蔞　本草云味酸平無毒主積年悪瘡不愈蘇

敬云即是鶏腸七巻經云食之主消渇雑瘡脂玄

子張云煮作羹食之益甚人 和名波久倍良

蘭葉草崔禹云食之辛香冷平无毒主利水道辟不祥不老通神明 和名阿良々支

胡荽崔禹云味辛臭食之調食下氣凡河海之鳥魚膾者尤是爲要也孟詵云食之消穀久食之多忘膈玄子張云利五藏不足不可多食損神 今案損害物 和名已志

蓼本草云 味辛温无毒主明目温中耐風寒下水氣面目浮腫癰瘍蓁歸舌除大小腸邪氣利中益

志拾遺云蓼主痃癖一名女憎是其弱陽事也不
可近陰又蓼蕺俱弱陽七卷經云多食吐水又多
損陽事千金方云黄帝曰蓼食過多有毒發心痛
和名多天

蘘荷本草云微温主中蠱及瘧陶景注云今人赤者
為蘘荷白者為覆葅葉同一種可於食用赤者為
勝用白者中蠱服其汁臥其葉即呼蠱主姓名多食
損藥勢又不利脚人家種白蘘荷亦云避蛇蘇敬
云主諸惡瘡殺蠱毒根主稲麦芒入目者以汁注

中郎出崔禹云今常食之有益无損和名米加
芹本草云味甘平主療女子赤沃止血養精保血
脉益氣令人肥健嗜食一名水英拾遺云茎葉汁小
兒暴熱大人酒熱毒鼻塞身熱利大小腸崔禹云
味甘少冷无毒利小便除水脹孟詵云食之養神益
力殺石藥毒膳玄子張云於醋中食之損人齒黒色
若食之時不如高田者宜人其水者有虫生子食之
与人患蟄食生要集云芹菜細葉有毛食之致人和名世利
蘚菜本草云味甘寒无毒主暴熱喘小兒丹腫七巻

經云廣陵人呼蕨爲𦾓一名虌菜一名水葱　和名奈支

蕨菜崔禹云味醎苦小冷无毒食之補中益氣力

或云多食之聽令人身重是物不宜陽人昴宜陰𠯆

瘻人食一兩斤蕨終身不病作脯食之又煮羞于腊　キタクウ

食之孟詵云令人脚弱不能行消陽事縮玉莖多食　シム

令人發落鼻塞目闇小兒不可食之立行不得

也拾遺云小兒食脚弱不行四晧食芝而壽夷齊　イヲチカラし

食蕨而夭固非良物搜神記曰郗鑒鎭丹徒二

月出獵有田云折一莖蕨食之覺心中淡淡成病後

呿一小蚑懸屋前漸乾成蔵視即遂老明此物不可生食之 和名和良比

薺蒿菜 七巻経云冷食之无損益崔禹云食之明目味醎温无毒主開胃府状似艾草而香作羹食之益人 和名於波支

蕁本草云味甘寒主消渇熱痺陶注云下氣蘋注云久食大冝人孟詵云多食動痔拾遺云案物此雉水草性熱擁氣温病起食者多死爲體滑脾不能磨常食擁氣令關節氣急嗜羞蘋。云上品主

脚氣〻〻論中令人食此之誤極深也　和名奴奈波

骨蓬　崔禹云味鹹大冷无毒主黄疸消渇　和名加波保祢

蒻頭　拾遺云味辛寒有毒主癰腫風毒磨傅腫上擣碎以灰汁煑成餅五味調爲如食之主消渇生即戟喉出血生吴蜀葉如半夏根如椀好生陰地雨滴葉生子一名蒟蒻又有班杖根苗相似至秋有花直出赤子其根癰毒於蒟不食　和名古尓也久

牛蒡　本草云惡實一名牛蒡一名鼠黏草味辛平平主明目補中中風面腫消渇蘇敬注云根主牙齒痛脚緩弱癰疽欬嗽疝瘕積血　和名支多支須

骨蓬崔禹云味醎大冷无毒主黄疸消渇 和名加波保祢

木菌七巻經云味甘温平食之輕身利九竅凡諸有毒

朽木所生人不識煮食无不死之宜不可輕瞰之又云

石耳性冷生於石上食之爲益又云地菌温平食之補

五藏益氣崔禹云菌茸食之去㛃氣生冷于温

拾遺云採婦色變者有毒夜中有光者有毒煮不

熟者有蟲仰者有毒又冬春无毒秋夏有毒爲蛇

過也冬生白軟者无毒久食利腸胃養生要集云木

菌味甘温平食之輕身利九竅又云菌赤色不可食

宇本有此注

害人又云菌生椀者食之傷人青色者亦不可食木耳
色青及仰生者不可食傷人又云楓樹所生菌食之
令人咲不止又云治食菌中毒煩乱欲死方煮大豆
汁飲之良又云漿飲之良 和名太乃多介

今案七巻注云石耳性冷生於石上食之為益 又地菌温平食之補五蔵益氣

楡皮本草云味甘平无毒主大小便不通水道除邪氣
腸胃中熱氣消腫性滑利療小兒頭瘡疕久服輕身
不飢其實尤良花主小兒癇小便不利蘭注云令人瞑眠
崔禹云所謂楡令人眠礼記云粉楡以滑之 楡白曰枌 養生
要集云多瞞蔆淡 和名介礼

宇本无之

疕頭瘡上甲也周礼有疕瘍者使醫治 鄭玄曰疕頭瘍亦謂禿也

辛蕪本草云辛无毒主五藏身體寒風〻頭腦痛利
九竅生鬚髮去白虫增年崔禹云食之利九竅味
辛香温无毒其子可散之 和名也末安良〻支
昆布本草云味醎寒无毒主十二種水腫癭瘤氣瘻
陶注云乾性熱柔甚冷拾遺云生類卵腫含汁嚥之崔
禹云治九瘻風熱〻㿗手脚疼痺以生噉之益人 和名比呂米
海藻本草云味苦醎寒无毒主癭瘤氣頸下核破
散結氣癰腫癥瘕堅氣腹中上下鳴下十二水〻腫
皮間積聚暴𤸷留氣熱結利小便崔禹云味醎小

冷一名海髮其状如乱髮孟詵曰食之起男子陰恒食
消男子癩脂玄子張云痩人不可食之 和名尓支女
鹿角菜養生要集云味鹹冷利食之動嗽今案損害物 和名都乃末多
石蓴崔禹云味鹹至滑〻無大冷无毒食之心口爛治消
渇進食 和名古毛
紫菜崔禹云味酸小冷无毒生水底石上食之心消渇 和名須牟
乃利
戴本草云味辛微温多食令人氣喘陶景注云不利人
肺悶閉氣故也 今案損害物 和名之不文

葱本草云葱實味辛温无毒主明目補中不足莖主傷寒寒熱出汗中風面目腫喉痺不通安胎除肝邪氣利五藏殺百藥毒根主傷寒頭痛七巻經云味辛温不可食傷人心氣 和名紀

崔禹云其莖白者性冷青者性熱

薤本草云味辛苦温无毒主金創創敗輕身不飢耐老除寒熱温中利病人拾遺云調中主久利不老大腹内常惡者但多煮食之。崔禹云食長毛髮。

蘇敬云薤有赤白二種白者補而美赤主金瘡

孟詵云長服之可通神靈甚安魂魄續筋力 和名於保美良

韮本草云味辛酸温无毒主安五藏除胃熱利病

人可久食根主養陰陶注云是養性所忌孟詵云冷氣人可煮長服之拾遺云溫中下氣補虛調和府藏冷人能食心洩白膿腹冷痛并煮食之葉根擣絞汁服解諸藥毒狂犬咬人又殺蛇虺蝎惡虫毒又汁多服主胸痺骨痛俗云韮菜是草鍾乳言其宜人信然也　和名已美良

蒜　本草云味辛溫无毒歸脾腎主霍乱腹中不安消穀理胃溫中除耶痺毒氣　崔禹云性温薰臭中風冷霍乱煮飲汁至良或云主腹中生瘡及疝瘕七卷經云損人不可長食孟詵云大蒜與除風殺虫毒氣　今案損害物　和名已比留

葫本草云味辛温有毒散癰腫䘌瘡除風邪殺毒
氣獨子者亦佳歸五藏久食傷人損目明陶注云葫
為大蒜ゝゝ為小蒜俗人作虀以噉膾肉損性伐命莫此之甚拾遺云葫
大蒜去水惡瘴氣除風濕破冷氣爛痃癖伏邪惡
宣通温補无以加之禸食不利目多食却明使
毛髮白合皮截却兩頭吞之名為内炙崔禹云味辛
虀大温殺鬼毒諸氣云獨子者曰葫少者如百合片者
曰蒜以作虀合魚臭肉鳥食之為快味或云久食損性
伐命者今常噉之无有損是事為不可信耳但服藥
曰慎辟之馬琬云不益藥性若直尒噉之亦應通

氣千金方云多食生蒜行房傷肝氣令人面色無
今案損害物和名於保比留
蜀椒本草云味辛大熱有毒主邪氣欬逆温中下氣
逐骨節皮膚肌寒温痺痛除五藏六府寒冷心腹留
飮宿食腸澼下利癥結水腫黄疸鬼注蠱毒殺
蟲魚久服頭不白輕身増年堅齒髮耐寒暑崔禹
云食之温中五藏六府冷風孟詵云除客熱不可久食
鈍人性靈養生要集云椒閉口及色白者食並殺人
今案損害物和名不佐牟之加美

菊本草云味苦甘平无毒主風頭〻眩腫痛目欲脱淚出皮膚死肌悪風濕痺痛去来陶〻胷中煩欝安腸胃利五藏調四支久服輕身延年䏻老崔禹云仙經以菊為妙藥芙蕖子三月三日生〻日常檖菊苗並煮噉之遇於青帰子倶共遊於芳臺一云石臺逶棄於紫雲昇於青天大補成好𦡾其花甌不白葡不㾂之　和名支久

医心方巻第卅

此書中下廿巻焼之而天文九庚戌年写之。

藤篤仕光成

醫心方卷第卅札記

二頁上九行 蔡菜 延慶本蔡作粢

一四頁上一行 淋潞 證類本草潞作露

五頁上二行 食〻 仁和寺本食字不重

六頁上一行 五藏澤 仁和寺本澤下有識字

續精神 仁和寺本無此三字

三行 馬掃蹄 仁和寺本無此三字證類作驢馬躁蹄四字

七頁上八行 以塗 仁和寺本塗下有㵩字延慶本同

十二頁上四行 和腸 仁和寺本和作利此本亦原作利後塗改作和案文義作利似是

六行 郎李衡木奴也 仁和寺本無此六字案本草和名柑子一名李衡木奴出兼名苑也李衡人名与此所引合

十三頁下四行 言吃 吃蓋吃之俗訛字

六行 盐説 説說之訛下同

十四頁上一行 有勢 仁和寺本勢作㔟

十五頁上六行 金火瘡 新修本草金下有瘡字

柙胃間㔟 證類作壓胃間㔟

十六頁下三行傍記　廻腹中長虫　此當云音廻恐偶從略　十六頁下四行　赤ゝ　赤ゝ
蓋赫ゝ異文赫又作茶赤作恭赤恐茶恭之變非赤白之赤　皦ゝ　皦亦皦之異構詩威儀友ゝ釋
文引韓詩作皦ゝ云善貌可徵也皦之作皦猶的作的皖作皖之例　十七頁上二行　肉野鷄病
證類作野鷄肉瘠病　十八頁下四行注　音進　仁和寺本延慶本進作隹　廿一頁上一行　云
迯　仁和寺本云作去　廿四頁上九行　膽韓　案韓即悍戲借貌見卷六勇韓下　下八行
隱瘻補　新修作隱瘻補盡四字　廿五頁上四行　勈怠　案怠即怠字俗怠作怠再訛作怠也
廿八頁下六行　壞婬　懷訛壞　廿九頁上七行　腥嗽　證類作咳嗽　下八行　雞奠
證類作蘇奠　卅一頁上六行　似　鐃　仁和寺本同案鐃即鐃字增常疑者古究完互訛猶墝作墝之
例　下六行　赤經白汁　證類白字作赤白經汁　八行　鴉烏　證類引閣注鴉作鸛

引蜀本圖經作鷄

卅二頁上八行　絨縮　仁和寺本絨作絨案絨即絨之訛絨即絨之異構爾雅絨

羊裘之縫也詩羔羊傳絨縫也釋文引孫炎云絨縫之界域則絨之為言域也絨縮謂海鼠背上稜角絨縮然

也

卅三頁上二行　大蛺　仁和寺本同本草和名作大蝲和名抄同蓋蛺亦即蝲之異構耳

卅四頁上一行　胑丶　胑即肢之異構　二行　渌丶　渌即綠之帯草體者　下八行　鈷毒

案鈷即蠱之俗非鏤鈷字　卅五頁上三行　叏真　仁和寺本叏作叜　卅六頁上三行　如實

寶訛實

卅頁上六行　僕都　僕蓋僕之俗　卅一頁上三行　食科　科即料蓋古食經之

類

卅二頁上六行　脤健　仁和寺本脤作肥　七行　反魚肉　仁和寺本反作及

卅五頁下三行　吒瘻　案吒瘻未詳疑或是蛇瘻病源云蛇瘻者由居處飲食有蛇毒氣入於府藏流

於經脈寒熱結瘻出處無定因潰成瘻脹藥有物隨小便出如蛇形狀謂之蛇瘻

卅六頁下三行　爲

如食之 證類作和為茹食性冷六字 五行 菜生乎 證類菜下有下字 班校 棐校即秋之正此蓋訛增一巽耳 卅七頁上九行 食芝 仁和寺本之字不塗 下八行 粉 枌訛粉

五十一頁上四行 吳鴉乎 鵶即鴉字隸變或作鴉又或作鴉 七行 不

瘷 瘷字未詳待攷棐玉篇瘦子力切瘷也瘷字或与此同義

卅五頁下三行 吒嘍 再棐吒字在前行之末嘍字在後行之首二行之間正為本卷接紙處而舊校又於欄上加綠筆小圈據此疑當時或有脫棐圈記以別之歟今宜闕之

五十一頁上九行 醫心方卷第卅 延慶本此末有康賴永觀二年十一月廿八日撰此書進　公家長德元年四月十九日逝去歲八十　四延慶二年己酉十一月十三日寫之畢四十八字

是書校刊未全不幸會臣琰先人謝世未幾臣佶先人亦復相繼見背不肖等慟哭之餘竊恐是刻之還延不果無以報二先人於地下既而不肖等承之忝襲先職乃孤陋不自揣敢任校讐之責而二三子亦皆寮勿從事始能畢功其札記則小島尚真高島久貫澁江全善森立之佐藤萇等最與有力焉既而尚真全善先沒而久貫立之等專任其責唯是此書之成距今九百年所其所援引各書並係唐人舊帙在今日大率散逸不傳或者其所依之本派別不一或

者今本經後人刪改猝難證明刻乃其間字畫僻異不易辨識者有之文義晦澁不易讀定者有之簡斷墨闇不可復問者有之今不敢苟且遷就妄為之說半井氏所藏別有延慶舊鈔冊子本其第廿五廿六廿八卷係延享四年和氣成庸所補鈔校以是本亦互相出入則爰從而疏記之其第卅卷末記是書撰進歲月及其卒歲月日紀是以補史氏之缺則併附刻以資考鏡他仁和王府所藏凡十六卷舊藏零本凡四卷亦時有異同今皆一一條舉之若夫微作嶽

率作𢑴暑作署覆作覆棗作棗狗作㺃及偏旁之木手並通艸頭竹頭之互用凡皆文字異構非關指義則均不敢辭費其背記數條一從原帙影摸以附後至於背紙有用當時牒狀者有用具注歷本者諸古記遺文散出各處固多考古者所不廢意者此類與本書不相涉一概濫載極為不倫則令皆從略嗚呼自二先人有斯舉盍屢易裘葛其間存歿之感有不堪慼然者臣珽臣佶自顧聞見黔陋曾不足窺先業萬一獨是數百年欲見而不得之珍一朝發光醫方

之傳可沿溯以得其津涯則庶幾乎毉道之日以益明益不唯見二先人所以拳拳校刻是書之功之偉抑亦

昭代休明之運舉一世而躋之於仁壽其所治被者遠矣萬延紀元歲次上章涒灘且月既望侍毉醫學教諭法眼臣多紀元琰侍醫醫學教諭兼督務法眼臣多紀元佶拜手同識

醫心方解題

人が有るかぎり病氣があり、病氣がある限り其の治療の方法が考案せらるべきである。我が國にても伊邪那美命が火神迦具土を產んだ爲に焦かれて死んだ事が神代紀に載せられてあり、大穴牟遲の神の火傷を治療したまうた神產巢日の神があり、大穴牟遲神、少名毘古那神たちが病を療するの方を定めたまひし事が國史に見えてゐる。是等の事は世間周知である。韓國や支那と交通するやうになつてから醫術も開けた事である。奈良朝には佛法と共に印度の醫術も傳はつたと思はれる。其等の事は國史にも見えてゐる。聖武天皇の天平二年には施藥院の設があるまでに發達してゐる。平安朝の醫學はやはり唐の醫學によりつゝ、又印度の醫術も相當に加はつてゐたと思はれる。著述としては「大同類聚方」がある「日本後紀」に「先レ是、詔二衛門佐從五位下兼左大舍人助相模介安倍朝臣眞直、外從五位下侍醫兼典藥助但馬權掾出雲廣貞等一撰二大同類聚方一、其功既畢。」など見えてゐるが、此の「大同類聚方」は今は佚して傳はらない。今存する處のものは後人の僞書であると人々が論定してゐる。金蘭方は岑嗣が勅を奉じて諸家と共に撰述したので其のことは三代實錄に見えてゐるが、此の本も傳はつてゐない。文政年間に大江資彥が校正して出版した本は僞撰であると云はれてゐる。本會が今複製せる醫心方は丹波康賴の撰せる處である。此の本こそ我が國に現存せる醫書の最古のものである。撰者丹波康賴は大日本史に

丹波雅忠、阿智使主裔也。世居㆓丹波㆒、曾祖康頼賜㆓姓丹波宿禰㆒、以㆓醫術㆒著、任㆓右衛門佐㆒、兼㆓針醫博士㆒、永觀中著㆓醫心方三十卷㆒上㆑之。

とある。

本書撰述より傳來、校刻までの事は本書の卷首に多紀元堅、同元昕の序に明らかであり、安政年間の校刊の職員名なども卷頭に明記してある。

本書は隋、唐の方書を引用してゐる處が多い。しかも其等の書は佚書に屬せるものが澤山あるから、まことに天下の至寶とも云ふべきである。我が國はもとより隋唐の醫學を研究するのにも本書を第一とせねばならぬ。

今本書に引用せる隋唐の書目を抜書すると

病源論、素問經、千金方、大素經、針灸經 明堂經、蝦蟇經、脉決經、醫門方、葛氏方、小品方、劉涓子鬼遺方、廣濟方、効驗方、錄驗方、僧深方、范汪方、令李方、集驗方、經心方、養生方、徐伯方、單驗方、龍門方、隨時方、百濟新集方、傳言方、攥要方、芳氣方、耆婆方、張仲景方、廣利方、承祖方、玉霜方、新錄方、靈奇方、枕中方、如意方、龍樹方、耶惠方、玄感方、臙驗方 而濟安衆方 華陀方、孟詵方、作來方、撰集要方、玄感傳屍方、急藥方、删繁方、雜消方、療眼方、煎藥方、陶潜方、太草經・新修本草、陶弘景本草註、本草稽疑、本草拾遺、養生要集、金匱錄 大清經、延壽赤書 玉房秘訣、玉房指要、玄女經、產經、子母秘錄、嵆康養生論、限論、朱思簡食經、神農食經、孟詵食經、馬琬食經、新撰食經、崔禹錫食經、

七巻食經、本草食禁、養生志、膳夫經、招魂丹方

斯の如く大多數である。又印度の醫說も採り用ゐてある。本書一部を研究すれば平安朝の我が邦のあらゆる醫學醫術の大方は知られるのである。從つて今日としては醫學上のみの必要の著述でなく、本書の研究は平安朝時代の世の中の狀態を知らうとする人にも必要缺くべからざる書物である。源氏物語の研究等にも役立つべきである。國語上役立つべき事は申すまでもない。斯る大著は複製もたやすくなく、初刷本は今にはほとんど市場には現はれない。板木が東京帝國大學に在つた爲に後刷本を時々少しづゝ作つたのであるが、此の分は版木が損じてゐて讀めぬ處も有り、姙娠圖の朱刷は略されてゐる。此の版木も大震災に燒失したと聞いた。當座役立つ本のみがすかれる世に、斯かる本を複製するのは實に困難の事であるが、篤志家揃ひの會員である心强さに、かゝる擧に出でたのである。

日本古典全集之內

醫心方 七

編纂者　正宗敦夫

東京市豐島區長崎東町三丁目一六一

發行者　合資會社　日本古典全集刊行會

代表社員　長島東一

東京市芝區金杉新濱町一二

印刷者　單式印刷株式會社　和田助一

東京市豐島區長崎東町三丁目一六一

發行所　合資會社　日本古典全集刊行會

振替東京七三〇三二

（非賣品）

昭和十年九月十五日印刷

昭和十年九月二十日發行